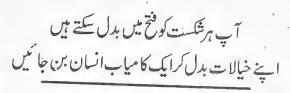
www.iqbalkalmati.blogspot.com الوگ کیسے کامیاب ہوئے؟ وہ جادوا ترنسخ کیا ہے؟ و اکثر ناری ونسند کے وقارعے دینے مزید کتب پڑھنے کے گئے آج بی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com







و اکر نارمن ونسنٹ پیلے تلخیص اضافہ اور وضاحت: وقارعزیز





وقارعزیز کی تصانف اورتراجم جنہیں پڑھ کرآپ پر زندگی کی نئی راہیں کھلیں گی

- 🖸 زندگی کا دروازه کھلا ہے
- ۔ نفیات کے چنوا مان اصولوں کی مدوس دوسروں پر جادو کیجئے
  - 🛭 جىياسوچۇدىيابى بن جاۋ
  - 🗖 ایناندربزی اور شاندار تبدیلی لائیں
    - 🛭 الچھی سوچ راہ آ سان منزل قریب
    - 🛭 42 دن میں خود کو بدل ڈالیس
      - 🛛 کامیابی کی سیرهی پر
        - 🖸 گفتگوادرتقر بر کافن
      - 🖸 زئى صلاحت براها كي
      - 🗖 خوداعمادي گفتگواوردوي كافن
        - 🗅 دوست بنائيس ترقى كريس
          - 🗅 انتبائی دلیپ کتاب
            - 🛭 دانشورول نے کہا

المبار چدوریای بن جاؤ اس کتاب میں کیا ہے؟

اب : 1

ہر روزئ کا مرابی ۔

مشکلات اور چینی کا مقابلہ کرنے میں بی لطف ہے۔

یقین اور اعتاد ہے اہلیت پیدا ہوتی ہے۔

کا میابی کے حصول کے لیے چید اصول ۔

مثبت سوچ، اعتاد اور یقین کے ساتھ قدم بڑھا کیں۔

ونیا کی کوئی طاقت آپ کو فکست نہیں دے عتی۔

آپ ہر فکست کو فتح میں بدل کتے ہیں۔

آپ ہر فکست کو فتح میں بدل کتے ہیں۔

ياب: 2

- باكام لوگ كيے كامياب موتى؟
- یقین آپ می کامیانی کی بے انہا طاقت پیدا کرتا ہے۔
  - مشكلات كزر جاتى بين تو وايس نبين آتيل-
- انسان الني آپ كوبدل كراك بالكل مخلف انسان بن سكا ب

ياب: 3 :-----

- سائل کیے عل ہوں؟
- ونيا من كوئي مئله اليانبين جس كاحل نه هو-
- سائل ماری زندگی کوروان ووان اور متحرک رکھتے ہیں۔



Att rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopyings, recording or by any information storage or retneval system, without permission in writing from the publisher.

### asia books

P.O.Box, 554, 148-3, Sehgal street

Murree Road, Rawalpindi, Cantt.

Post Code 46000

Mob: 0345-5300110 Ph: 051-2518699 051-5120611

Second Edition: 2012

#### Printed at.

Faiz-ul-Islam Printers Rawalpindi

Our books are available at all leading booksellers. List given at the end of this book. If not available write to us directly.

جن بکسیلرزے آپ کو ہماری کتا میں ال ستی ہیں ان کی فہرست کتاب کے آخری صفحے پر دیکھیں

ميما سوچو ـ ويمانل بن جادَ ميما سوچو ـ ويمانل بن جادَ	6
75	• مثبت موج رکھنے والے مسائل سے گھراتے نہیں۔
باب: است. است. است. است. است. است. است. است.	باب: 4
رے خیالات کو اچھا بنا کر روحانی قوت کو حرکت میں لا کمیں۔	فود کو بدلیں، ہر چیز بدل جائے گا۔
<ul> <li>ایک دن میں 10 منٹ صرف کر کے زندگی کو بہتر بنا کیں۔</li> </ul>	ک کام کی مچی گن کامیابی کی ضانت ہے۔
ن زندگی میں اگر حوصلہ ہار جا کیں تو اِس 3 نکاتی فار مولے سے مدد کیں۔	• شبت سوچ آ دی میں نثبت تو تو آ کو متحرک کرتی ہے۔
اچھی، تغیری اور شبت سوچ روح میں بلندی پیدا کرتی ہے۔	• لوگ کی کام کو کرنے میں ناکام کیوں رہے ہیں؟
848 :	و کن اصول جو آپ کو جھی ناکام نہ ہونے دیں گے۔
منفي الفاظ استعال نه كرين-	باب: 5
مننی الفاظ منفی خیالات پیدا کرتے ہیں جو ناکا کی کا باعث بنتے ہیں۔	🔹 چاند کی طرف برهو، ستاروں کو ضرور پھٹو لو گے۔
م اینے وہاغ میں جو ہوئیں گے، زندگی میں وہی کا ٹیس گے۔	• شبت خیالات شل بهت طاقت ہوتی ہے۔
مبت الفاظ میں یقین کی طانت ہے جو کامیابی کی ضانت ہے۔	• روحانی بیداری ہے آ دی کی صلاحیتن بھی بیدار ہو جاتی ہیں۔
باب: 9:	<ul> <li>تمام ضرورتی پوری مول گی، بشرطیکه ایمان مجروسه اور یقین مو-</li> </ul>
• صحت اور توانا کی کے راز جو مجھے معلوم ہوئے۔	ایوی اور فکست کی نبیس، فتح اور کامیابی کی با تیس کریں۔
یقین کی توت چھوٹی ہی نہیں بری بیار بول سے بھی محفوظ رکھتی ہے۔	• منفی خیالات اور منفی گفتگو سے ہمیشہ پر ہمیز کریں۔
مارے خیالات بھی حاری زندگی پر اچھا یا برا اثر ڈالتے ہیں۔	باب: 6
• يكاعقيده اور كبرا ايمان جسماني ادر روحاني طور برصحت مندبناتا ہے۔	• آج کا دن خاص دن ہے، اس سے فائدہ اُٹھا کس۔
ہم روح کا علاج کئے بغیر جم کا علاج نہیں کر سکتے۔	• وقت سب سے تیتی چیز ہے، آج جو کرنا ہے وہ آج ہی کریں۔
• انسان پر زیادہ تر بیاریاں منفی سوچ کی وجہ سے حملہ آور ہوتی ہیں۔	. • چند اصول جو ککست کو فتح میں بدل دیں گے۔ ۵
• انسان کی سوچ پہلے بیار ہوتی ہے اور جسم بعد میں۔	• مجمعی خود کو کمتر، بے کار اور نکما نہ مجھیں، یہ سوج زبر قاتل ہے۔
ا جھا ذہن، اچھے خیالات اور اچھے رویے صحت مندجم کی صانت ہیں۔	• اپنی صلاحیتوں کو پہانیں، آپ ہر کام کر کتے ہیں۔

میاسوچو۔ویہائی بن جاؤ ---

1:44

## ہر روزنی کامیابی

ہم اکثر لوگوں کو یہ کہتے ہوئے سنتے ہیں کہ آخرکار میں نے کامیابی حاصل کر اللہ ہم اکثر لوگوں کو بڑے رشک کی نگاہ سے دیکھتے ہیں کوئکہ ہم گئے ہیں کہ یہ وہ لوگ ہیں جو کامیابی کی چوٹی پر بھنے گئے ہیں اور اُنہوں نے وہ سب چھ حاس کر لیا ہے جو وہ حاصل کرنا چاہے تھے۔

کین میرے ساتھ معالمہ ذرا مختلف ہے۔ جس خوش ہوں کہ جس نے کبی ہے نہیں کہا اور نہ ہی کبی سوچا ہے کہ جس نے مکمل کا میابی عاصل کر لی ہے۔ جس تو محرف یہ کہتا ہوں کہ جس ابھی کا میابی کے خواب وکھے رہا ہوں، منصوبے بنا رہا ہوں اور کا میابی عاصل کرنے کے لیے مسلس کوشش کر رہا ہوں۔ جس جب بھی کی شخص کے بارے جس سنتا ہوں کہ وہ چھوٹی موٹی کا میابی عاصل کر کے مطمئن ہو کر بیٹے گیا ہے تو جس محدوں کرتا ہوں کہ اِس شخص جس وہ جوش اور جذبہ ختم ہو گیا ہے جس نے اُسے کا میابی کی بلندی پر لے جاتا تھا۔ میری اِس بات کی تصدیق ایک بہت ہی کا میاب آوی کے اِن الفاظ ہے ہوتی ہے جو اُس نے اپنی زندگی اور جدوجہد کے کا میاب آوی کے اِن الفاظ ہے ہوتی ہے جو اُس نے اپنی زندگی اور جدوجہد کے بارے جس اور کی مقابلوں اور مشکلات میں ہوا کرتا تھا۔ 25 سال کی عمر جس امریکہ کا کا میاب ترین برنس جن اور ملک کا میاب ترین برنس جن اور ملک کا میاب مشہور شخص کا کہنا ہے کہ جس ابھی اور آگے جانا چاہتا ہوں کیوں کہ مشکلات اور چیلئی مشہور شخص کا کہنا ہے کہ جس ابھی اور آگے جانا چاہتا ہوں کیوں کہ مشکلات اور چھائے کا مقابلہ کرنے جس بی لطف ہے اور اس ہے آوی چاک و چوبند اور متحرک رہتا

8 جياموچرويان بن باز 110 ------

- منفى سوچ كوكىيے شبت بناكيں؟
- برول کی منفی سوچ اور منفی کام بچول میں بھی منفی رویے بیدا کرتے ہیں۔
  - منفی سوج تباه کن ہے، اس سے تمام صلاحیتیں مفلوج ہو جاتی ہیں۔
    - شبت سوچ آدی میں اعلیٰ رین صلاحیتیں پیدا کرتی ہے۔

باب: 11

- عظیم وہ ہے جوعظیم کام کر رہا ہے۔ وہ نہیں جو صرف بیسہ کما رہا ہے۔
  - ماضى كو بحول جاكين، مستقبل كا سوچين، إس بهتر بناكين -
    - پانچ جادو اثر جملے۔ انہیں دہراتے رہیں۔
  - اپنی اصلاح کو "کل" پر نہ ٹالیں، سے کام آج ہی شروع کریں۔
  - کام کے حق بجانب ہونے پر یقین ہوتو کارکردگ میں اضافہ ہوگا۔
    - جب بھی اپنی غلطی کا احباس ہو، اینا زُخ فوراً صحیح کر لیں۔
- ودسرول کے ساتھ نیکی اور بھلائی ہے روحانی خوثی حاصل ہوتی ہے۔
  - روحانی خوشی جم اور روح کی ضرورت ہے۔

جیار چو۔ دیائی بن جاؤ

زنرگی کے مقصد کو حاصل کر لیا ہے بلکہ اپنے آپ کو یہ بتاکیں کہ آپ جو پچھ کر چکے

میں دہ اِس بات کا جُوت ہے کہ بہت پچھ اور بھی کر سے میں اور پہلے ہے کہیں بہتر

کر سے میں۔ اس بات پر یقین رکھیں کہ آپ کا مشقبل بہت روثن اور شاندار ہے

اور آپ کو ترتی کے میدان میں بہت آگے جانا ہے۔ اِس کھل اعماد کے ساتھ ایک

کامیابی کے بعد دوسری اور دوسری کے بعد تیسری کامیابی حاصل کرتے جا کیں۔ سے

یادرکھیں کہ یقین سے بڑی کوئی قوت نہیں اور یقین اور اعماد سے بیدا ہوتی

یادرکھیں کہ یقین سے بڑی کوئی قوت نہیں اور یقین اور اعماد سے بیدا ہوتی

ہیں اور این آپ بھی یقین رکھتے

ہیں اور این آپ بھی یقین رکھتے

ہیں اور این آپ بر بھی۔

انتہائی غربت ہے نبات عاصل کر کے کاروباری دنیا میں ایک بلند مقام عاصل کرنے ولے ایک ایم رتبی برنس مین ''ڈیوہام'' کو اُس کے موتیلے مال باپ نے پالا۔ سے بتم یجہ جب عملی زندگی میں آیا تو اُس کی جب میں صرف چند ڈالر تھے۔ لیکن آج امریکہ میں اُس کے 132 ریستوران ہیں۔ اُس نے اِس جمین کا نام اِن بی کے نام پر وینڈی ریستوران رکھا۔ اگر آپ ڈیوہام سے یہ پوچھیں کہ کیا اُنہوں نے اپنی آخری مزل کو حاصل کر لیا ہے تو وہ آپ کو ایک زوردار نفی میں جواب دیں گے۔

میں ایک بڑے اجہاع میں مقرر کے طور پر مدعو تھا۔ ایک نوجوان نے مجھ کے یہ ایک اوجوان نے مجھ کے یہ کی اجہا کہ آپ کب سے اس طرح کے اجہا عات میں تقریریں کر رہے ہیں۔ میں نے کہا کہ آپ نے کہا کہ آپ نے کہا کہ آپ نے کہا کہ آپ نے ایک اس کے ایک میں ابھی کا میابی عاصل کرنے کی کوشش کر رہا ہوں۔

میں نے اُس نوجوان سے کہا کہ کرا نہ مانا، میں نے ابھی اِس میدان میں

جین جو دریاں بن جو دریاں بر اور بھی ہیں۔ بعض لوگوں کو آگے ہے آگے بر نیا برخت اور نی نی مزلوں تک جہنی ہیں ، ن زندگی کا حقیقی لطف محسوس ہوتا ہے۔ ہر نیا کارنامہ انہیں ایک نی خوثی دیتا ہے۔ وہ بڑے بڑے مسلوں کو عل کرنے میں لطف محسوس کرتے ہیں۔ وہ بھی یہ نہیں بچھتے کہ وہ کامیابی کی آخری منزل پر پہنچ گئے میں۔ وہ تیں۔ وہ تھی ہے دورری کامیابی کے کوشاں رہتے ہیں۔

میرے ایک لخے والے مسر آموں پیرش ایک بہت بڑے صنعت کار تھے۔ ہزاروں لوگ اشیاء کی فروخت کے شعبے میں اُن کے تجر بات سے فاکدہ اُٹھاتے اور نعویارک کے ایک بڑے ہوئل کے ہال میں اُن کی تقریریں سننے آتے۔ اُن کا کہنا تھا کہ وہ بمیشہ نئے نئے آئیڈیاز کی طاش میں رہتے ہیں۔ جب اُن سے پوچھا گیا کہ وہ اِس شاندار کامیابی تک کیے پہنچ تو اُنہوں نے کہا کہ ابھی میرا کام کمل کہاں ہوا ہے؟ ابھی تو جھے بہت کھے کہتا ہے۔

انہوں نے 94 مال کی عمر میں انقال کیا اور جب تک وہ زندہ رہ مملس کام کرتے رہے۔ اپنی وفات سے چند روز پہلے انہوں نے جھے ٹیلی فون پر بتایا کہ وہ ایک شخ آئیڈیا پر کام کر رہے ہیں۔ وہ ایے شاندار آدی تھے کہ میں جب بھی اُن سے ملا ہے حد متاثر ہوا۔ وہ بمیشہ نے نے آئیڈیاز کی تلاش میں رہتے اور مرتے وم تک اُنہوں نے بھی اپنی عمر یا موت کے جوالے سے بات نہیں کی۔ وہ اچھے سے انجھے آئیڈیاز کی جبتی میں رہتے اور اِن آئیڈیاز پر کام میں معروف رہے۔

آب بھی اپی اُن تمام کا میابیوں کو بھلا دیں جو آپ عاصل کر یکے ہیں۔ یہ کا میابیاں ماصل کا میابیاں عاصل کا میابیاں عاصل کا میابیاں آپ کو اعتماد اور تجربہ دے چکی ہیں۔ اب آپ کو مزید کا میابیاں عاصل کرنے میں زیادہ مشکلات کا سامنا نہیں کرنا پڑے گا۔ یہ کبھی نہ کہیں کہ میں نے

بيامو چو ـ ويما بي بن جاد م

ا کے ایک سوچ اپنے مقاصد کے بارے میں مثبت اور واضح ہونی چاہیے۔

۸۔ کمی یہ خیال ذہن میں نہ لائیں کہ آپ نے ممل کامیابی عاصل کر لی ہے۔ یاد رکھیں کہ ایک کامیابی دوسری کامیابی کے لیے راستہ ہموار کرتی ہے۔

من نے اپنے لئے ایک طریقہ افتیار کیا ہے۔ میں اپنے مقصد کو ایک کارڈ پر کھو کر اپنی قیص کی سانے والی جیب میں ڈال لیتا ہوں۔ یہ جیب مین دل کے اوپر ہوتی ہے۔ اِس طرح جرا دل مقصد کے حصول کیلیے متحرک رہتا ہے۔ میں نے جوانی میں طے کیا تھا کہ میں لوگوں کی مدد کروں گا تا کہ وہ شبت سوچ افتیار کر کے اپنی صلاحیتوں میں اضافہ کر ہیں۔ شبت سوچ انسان میں یھین کا مل بیدا کرتی ہے۔

یں نے لوگوں کی مدد کرنے کے مقصد کو جوانی میں بی ایک کارڈ پر لکھ کر اپنی جیب میں ڈال لیا تھا۔ ای طرح میں نے اور بھی کئی مقاصد کو کارڈوں پر لکھ کر اپنی جیب میں ڈال لیا۔ اس طرح میری جیب کارڈوں سے بجر گئی۔ میں جب بھی اِن مقاصد میں سے کی مقصد کو حاصل کر لیتا تھا۔ مقاصد میں سے کئی ایسے کارڈ بھی تھے جن پر وہ مقاصد لکھے ہوئے تھے جو دوسر سے میری جیب میں کئی ایسے کارڈ بھی تھے جن پر وہ مقاصد لکھے ہوئے تھے جو دوسر سے لوگوں نے حاصل کرنے میں اُن کی مدد کرتا تھا۔

میں کاروباری لوگوں کے اجھاعات اور محفلوں میں اکثر اِس ''کارڈ سکنیک' کے بارے میں بتاتا ہوں۔ بہت سے تاجروں نے اِس سکنیک برعمل کر کے مفید متائج عاصل کئے ہیں۔ بعض نوجوانوں نے مجھے بتایا کہ اُنہوں نے اِس طریقے برعمل کر کے متابلے میں دس گنا زیاوہ کامیابیاں حاصل کی ہیں۔

میں آپ کو بھی مثورہ دوں گا کہ آپ میرے بنائے ہوئے آٹھ اصولوں ہر علی کے اپنی موج کو گئے اصولوں ہے میں اور اپنے مقاصد حاصل کر سکتے ہیں۔ آپ جو بھی مقصد حاصل کرنا چاہتے ہیں اُس مقصد کو واضح طور پر اپنے ذہن میں رکھیں۔

کامیانی عاصل نہیں کی کیونک آج جو تقریر میں کرنے والا ہوں وہ نے آئیڈیاز ربی ہے۔ چونکہ نے آئیڈیاز کھی ختم نہ ہوں گے، اس لیے ظاہر ہے کہ میں بھی اپ کام ہے۔ کھی ممل طور رمطمئن نہیں ہوں گا۔

کی سال کے بعد ای نوجوان سے میری دوبارہ طاقات ہوئی۔ اب وہ کائی

مجھدار ہو چکا تھا۔ اُس نے جھ سے کہا کہ آپ بالکل ٹھیک کہتے تھے کوئکہ میں نے

زندگی میں جب بھی یہ سوچا کہ میں نے کی خاص میدان میں کامیابی حاصل کر ل

ہوتو میں ست پڑگیا۔ تب میں نے سوچا کہ نہیں ابھی اس میدان میں بہت چھ کرنا

باتی ہے۔ ای سوچ نے جھے آ گے بڑھنے کا حوصلہ دیا۔

میں نے یہ کتاب پڑھے والوں کے لیے کامیابی عاصل کرنے کے حوالے بے چکھ اصول بنائے ہیں جو زندگی میں اُن کی بڑی دو کریں گے۔ وہ اصول یہ میں۔

- ا۔ یہ فیملہ کریں کہ آپ نے زندگی میں کیا حاصل کرنا ہے۔ لینی آپ کی مزل کیا ہے؟
- ۲۔ آپ جو کرنا چاہے ہیں اُس کو ایک ترتیب کے ساتھ لکھیں اور اس پر عمل مروع کر دیں۔
- س- جو کچھ آپ کرنا چاہتے ہیں اُس کے متعلق تمام معلومات عاصل کریں اور جو پھی ضروری ہے وہ سیکھیں۔
  - ٣- يا ط كري كرآب ني ان مقاصد كتن عرص من عاصل كرن إي-
- ۵۔ دعا کریں کہ آپ کا فیصلہ درست ہو۔ اور اگر آپ کا فیصلہ غلط ہوتو اے تبدیل کر دیں۔
- ٢- ای مقاصد کے لیے مسلس کوشش کرتے رہیں اور کوشش کو مھی ترک نہ کریں۔

14 جیمارچ دریای بن جاز است کی نو تی کس طرح آگ بر هر آپ کی در ای کی در کی میں ہاں۔ کی بیر ہی کی در کی میں ہیں۔ کی میں ہیں۔

میں آپ کو ایک نوجوان لڑکے کا واقعہ سانا چاہتا ہوں۔ یہ لڑکا گولف کے کھیل میں گیند تلاش کرنے کے لیے طازم رکھا گیا تھا۔ ایک روز وہ لڑکا ایکچاتے ہوئے بھی ہوئے بھی سے کہنے لگا کہ ڈاکٹر نار من میں آپ سے بچھ بات کرنا چاہتا ہوں۔ میں نے اُس سے کہا کہ آ دھ گھنے کے بعد جب میں کھیل ختم کروں تو پھر تم سے بات کروں گا۔ کھیل ختم ہونے کے بعد جب میں کھیل ختم کروں تو پھر تم سے بات کروں گا۔ کھیل ختم ہونے کے بعد میں اُس نوجوان کے ساتھ ایک ورخت کے ساتھ ایک ورخت کے ساتھ ایک ورخت کے ساتھ ایک ورخت کے بات میں جو نوجوان نے کہا کہ میں جو سات کرنا چاہتا تھا وہ بھول گیا ہوں اور اب میں جانا چاہتا ہوں۔

میں نے کہا کہ تم کہاں جانا جاتے ہو؟

نوجوان نے کہا کہ مجھے نہیں معلوم کہ میں کہاں جانا چاہتا ہوں۔ میں تو ہی یہاں سے کہیں اور جانا چاہتا ہوں۔ ''کیا تمہارے ذہن میں کہیں جانے کا منصوبہ ہے؟'' میں نے لوجوان سے پوچھا۔ وہ نوجوان میرے سوالوں سے پریٹان ہو گیا اور کہنے لگا کہ میں کہیں بھی جانا چاہتا ہوں۔

یں نے نو جوان سے بو چھا کہ وہ کون ما کام ہے جوتم بہتر طور پر کر سکتے ہو؟ اُس نے کہا کہ جہے اِس بارے میں کچھ بھی معلوم نہیں۔ میں نے اُس سے بوچھا کہ تم کون ما کام پند کرتے ہو؟ اُس نے کہا کہ مجھے یہ بھی معلوم نہیں۔

مل نے اُس نو جوان سے کہا کہتم کہیں جانا جائے ہولیکن بینمیں جانے کہ کہاں جانا جا جے مولیکن بینمیں جانے کہ کہاں جانا جا جاتے ہو۔ تہمیں بینمی معلوم نہیں کہتم کیا کام اجھے طریقے سے کر سکتے ہو اور یہ بھی نہیں جانے کہ تہمیں کیا کام پند ہے۔ کیا میں نے ٹھیک کہا ہے؟ میں نے نو جوان نے پریشانی کے عالم نے نو جوان نے پریشانی کے عالم

میں جواب دیا۔ پھر وہ کہنے لگا کہ کیا بی ایک ناکام آدی نہیں ہوں؟ میں نے کہا
"برگز نہیں۔ تم ایک بہت اچھی شکل و صورت کے نوجوان ہو۔ مضبوط بدن، اچھی
صحت اور پُرکشش جم کے مالک ہو۔ میں تمہیں پند کرتا ہوں اور مجھے یقین ہے کہ

یں نے اُس نوجوان سے کہا کہ تم دو ہفتے تک اپ مستقبل کے بارے میں سوچو۔ اِس کے بعد تم آئندہ زندگی میں جو کچھ کرنا جاہتے ہو اُسے لکھ لو۔ اور اِن کلھے ہوئے چندلفظوں پرعمل شروع کر دو۔ میں نے اُس نوجوان سے کہا کہ دو ہفتے

بعدتم بہتمام باتیں ایک کارڈ پرلکھ کرمیرے یاس لے آؤ۔

تم زندگی میں ضرور کامیاب رہو گے کیونکہ تم میں اچھا بننے کی خواہش موجود ہے۔''

دو ہفتے کے بعد جب وہ نوجوان میرے پاس آیا تو وہ ایک بالکل بدلا ہوا انسان تھا۔ یوں لگتا تھا جیسے اُس میں ایک نئی روح پیدا ہوگئی ہے۔ اُس نے کارڈ پر کھا تھا کہ وہ ایک کارفانے میں منجر بنا چاہتا ہے۔ اُس کارفانے کا موجودہ منجر پانچ سال بعد ریٹائر ہورہا ہے۔ میں اُس کی جگہ لینا چاہتا ہوں۔ نوجوان نے بتایا کہ اُس نے کارفانے میں ملازمت حاصل کر لی ہے۔

جب آپ ایے لئے کوئی مزل مقرر کر لیتے ہیں اور پھر شبت موج اور
پورے اعماد اور یقین کے ساتھ این مزل کی طرف برھنا شروع کر دیتے ہیں تو پھر
آپ میں وہ طاقت اور صلاحیت خود بخود پیدا ہو جاتی ہے جس کی مدد ہے آپ
رائے میں آنے والی تمام رکاوٹوں کو دور کر کے اپنی مزل تک پینچ کئے ہیں۔
جب آپ ایک مزل حاصل کر لیتے ہیں تو پھر اُس ہے اگلی مزل مقرر
کریں۔ یادرکھیں کدایک مزل حاصل کرنے میں کامیابی کے بعد آپ کی ذات میں

ا اپ این اور میابی اور دی پیرا ری سربی کو قع می بدل کے ہیں۔

یہ وہ جار یا تی ہیں جن کی مدد ہے آپ ہر کست کو قع میں بدل کے ہیں۔

یہ بات و بن میں رکھیں کہ کامیابی کا یہ مطلب ہر گزنہیں کہ آپ دومروں کی بربادی کا سابان کریں۔ حقیقی کامیابی وہی ہے جس میں اپنی بھلائی کے ساتھ ساتھ دومروں کی بھی بھلائی ہو۔ آپ آگے ضرور برجیئے گر دومروں کی ٹائک مت کھینچ اور انہیں نقصان نہ پہنچا ہے۔ فرمانِ خداوندی ہے کہ نیکی کے کاموں میں لینی ایسے کاموں میں جن ہے اور کاموں میں ایسی مفاو وابست ہو ایک دومرے کی مدد کرو۔



اب میں آپ کو اپنا ہی ایک واقعہ ساتا ہوں۔ میں نے کینیڈا کے ایک شمر میں ہونے والی تقریب میں تقریر کرنا تھی۔ اِس کانفرنس کی صدارت ایک ایے فخص نے کی جو بہت ہی خوابصورت نے کی جو بہت ہی خوابصورت انداز سے گفتگو کرتا تھا۔ اور مجر پور شخصیت کا مالک قتا۔ وہ بہت ہی خوابصورت انداز سے گفتگو کرتا تھا۔ میں نے اُس شخصیت کی خوابصورت شخصیت سے متاثر ہو کر پوچھا کہ آپ نے یہ مجر پور اعماد اور پُرکشش شخصیت کیے حاصل کی؟

اُس شخص نے کہا کہ یہ ایک طویل کہانی ہے لیکن میں آپ کو مخفر طور پر بتاتا ہوں۔ ایک وقت تھا کہ میں ایک ناکام ترین شخص تھا۔ میری بوی مسلس یہ کوشش کرتی کہ وہ جھ میں اعتاد پیدا کرے تاکہ میری زندگی بہتر ہو سکے۔ اس مقصد کے تحت ایک ون میری بوی نے بھے ایک کتاب وی اور کہا کہ اِے پڑھو۔ اِس کتاب کا نام تھا۔ ''شبت سوچ کی طاقت'۔ (یہ کتاب میری بی تھنیف تھی)۔

اُس نے بتایا کہ اِس کتاب نے بچھ ایک ٹی ونیا کی راہ دکھائی۔ میں اِس کتاب سے بہت سے آئیڈیاز گئے اور اِن کتاب سے بہت سے آئیڈیاز گئے اور اِن بر عمل کرنا شروع کر دیا۔ میں نے یہ بات اپنے ذہن میں بھا لی کہ دنیا کی کوئی طاقت نجھے فکست نہیں دے کتی اور پھر عالات میرے اعتاد، یقین اور جذبے کے آئے بھتے طے گئے اور میں زندگی کی دوڑ میں مسلسل آ گے بڑھتا چلا گیا۔

كامياني عاصل كرنے كيلئے جار چزيں اہم رين بيں۔

اً مزل یعنی اپنا بدف مقرر کریں۔

٢- الى مزل كو عاصل كرنے كے ليے الىد شبت سوچ پيداكريں۔

- اللك كا كمرى نظر سے جائزہ ليں۔

#### باب: 2

جيها سوچو ـ ويهاي بن جادُ

## ناكام لوگ كيے كامياب ہونے؟

(بہت عرصہ ہوا میں نے کی کتاب میں ایک حکایت برحی تھی۔ ایک پیر صاحب تھے جو اے مریدے کہا کرتے تھے کہ اللہ کا نام لوادریانی پر قدم رکھ دو۔ تم الله كے عكم سے دريا ياركر جاؤ كے۔ مريدكواتے پير بريكمل يقين تھا۔ وہ اينے پیر کی کمی ہوئی ہر بات بر کامل ایمان رکھتا تھا۔ ایک وفعہ بول ہوا کہ پیر اور مرید اکشے سفر پر روانہ ہوئے۔ رائے میں ایک وریا حاکل تھا۔ مرید نے جونمی وریا کی لبرول کو د کھا، اللہ کا نام لیا اور یانی پر قدم رکھ دیا اور دریا یار کر کے دوسرے کنارے پر پہنچ عمالی کین پیر صاحب دریا کی تندو تیز موجوں کو دکھ کر تھبر گئے اور دریا میں ازنے کی جرأت نہ کر کے۔ ای لئے کہا جاتا ہے کہ ہر پیر بیرنیس موتا۔ آپ کا یقین ہی آپ کا پیر ہوتا ہے۔ جن ڈاکٹر برآپ کو یقین ہو اُسی ہے آپ کو شفاء حاصل ہوتی ہے۔ اور اگر ڈاکٹر پر یقین نہ ہوتو ڈاکٹر کتنا ہی قابل کیوں نہ ہو، آب شفاء نے محروم رہتے ہیں۔ آسانی کتابوں میں ایمان ادر یقین کی معجزاتی قوت ے متعلق وافعات کثرت کے ساتھ موجود ہیں۔ اور صوفیاء کی زندگی میں تو قدم قدم ر ایے واقعات کی تفصیل کابوں میں لمتی ہے۔) بریکٹ میں وی گئی سطور کے اضافے کے بعد ہم واکٹر نامن کی کتاب کی طرف واپس آتے ہیں۔ وہ کھتے ہیں۔ جب آپ کی کام کو کرنے میں ناکام رہتے ہیں تو حقیقت میں یہ خیال آپ كے دماغ ميں پہلے سے موجود ہوتا ہے كہ آپ سے كام نيس كر ياكي گے۔ اس سے صاف ظاہر ہے کہ آپ کے ذہن میں ناکامی کے جو خالات میں وہ آپ کی شخصیت

### باب: 1 کی اہم ترین باتیں

- ا۔ کامیابی کی کوئی آخری مدنہیں۔ یہ ایک مسلسل سفر ہے۔ ایک منزل کے بعد ودسری منزل آپ کی منظر ہے۔
- r ہر کامیابی آپ کے تجربے میں اضافہ کرتی ہے اور آپ پہلے کے مقابلے میں مجتر ہوتے کے مقابلے میں مجتر ہوتے کے داستہ ہموار مجتر ہوتے کیلے جاتے ہیں۔ ایک کامیابی دوسری کامیابی کے لئے راستہ ہموار کرتی ہے۔
  - ۔ ستکانت اور چینی کا مقابلہ کرنے میں بی زندگی کا لطف ہے۔
- ۳۔ اپ آپ میں یہ یقین پیدا کریں کہ آپ کا مستقبل بہت روش اور شاندار ہے۔ یقین سے بری کوئی توت نہیں۔ یقین اور اعماد سے ہی اہلیت پیدا ہوتی ہے۔ ای کو شبت سوچ کہا جاتا ہے۔
- ۵۔ ایک مزل حاصل کرنے میں کامیابی کے بعد اپنی ذات پر آپ کا اعتاد اور یقین بہت پختے ہو جائے گا اور اگلی منزل حاصل کرنا آپ کے لئے بہت آسان ہو جائے گا۔
- ۲ اپنی مزل لینی ہدف مقرر کریں۔ اس مزل کو حاصل کرنے کے لئے اپنے اندو شہت موج پیدا کریں۔ حالات کا اچھی طرح جائزہ لیں۔ اپنے اندر یہ ایمان اور یقین پیدا کریں کہ آپ اپنی مزل پر ضرور پنچیں گے۔ اِن چار باتوں کی مدد ہے آپ ہر فکست کو فتح میں بدل کتے ہیں۔



جبيهاسوچو\_ويهاي بن جاؤ

مِي الي منى قوتم بيدا كرت بين جوآب كوكامياب نيس مون ديتي- إس لي ضروری ہے کہ آب اپ اعدر یقین کی قوت پیدا کریں اور غیر فین کو این دماغ میں سے نکال دیں۔ آپ کا اس بات پر کائل یقین مونا عاہے کہ آپ ونیا ش کامیابی حاصل کرنے اور ہر میدان میں جیتے کے لیے پیدا ہوئے ہیں۔ پختہ یقین ے کامیالی اور غیر یقنی سے ناکای جم لیتی ہیں۔ (انے عقیدے کے مطابق انثاء الله ضرور کھے۔)

كامل يقين كيا چيز ب اور كامل يقين ركف والا فحف كيما موتا بع جواب سه ہے کہ خدا پر یقین، این زندگی اور متنتل پر یقین،این کام این ملک پر یقین، اینے بوی بچوں اور این ذات پر یقین ہی ہے مل کر کامل یقین وجود میں آتا ہے۔ جو محف خدا پر یقین رکھتا ہے وہ یہ جانتا ہے کہ خدا نے ہمیں این محلوق میں سب سے بہتر طور پر بنایا ہے۔ فلفے اور نفسات کے مشہور عالم پروفیسر ولیم جمر کہتے یں کہ مضبوط عقیدہ کی بھی شعبے میں کامیانی کی صانت ہے۔ یقین آپ میں کامیانی کی بے انہا طاقت پیدا کرتا ہے۔

یقین کیا ہے۔ یہ دراصل مثبت سوچ کا دوسرانام ہے۔ جب سوچ مثبت ہوگا تو نتائج مجی شبت پیدا ہول گے۔ یقین آپ کے ذہن سے برقتم کے خوف اور شک و شب كوخم كر وك كار يقين ايك اكى قوت ب جو اي سابخ آن والى بر ركادث اورمشكل كوختم كروتى ہے۔ اگريقين كائل ركھنے والے شخص كراہے ش كوئى مشكل اور ركاوت آئے بھى تو دہ إس ير كمل فتح عاصل كر ليتا ہے۔ جو لوگ ونيا میں فتح مند ہوئے وہ یقین کی طلماتی توت کی مدد سے ہی فتح سے مکنار ہوئے۔

1933ء کا موم فزال تھا۔ میں نیویارک کی ایک مؤک پر جا رہا تھا کہ جھے النا ایک پرانا جائے والا فرید آتا دکھائی دیا۔ تین سال پہلے فرید فاقوں کا شکار تھا۔

ہ امریکہ کی تاریخ میں معاشی تابی کا بدرین دور تھا۔ فیکریاں اور سٹور بند ہو سے تے اور برارول لوگ بے روزگار تھے۔ لیکن اِس بدحال کے دور میں بھی فرید محفوظ رہا۔ اُس نے مجھے جایا کہ وہ زیادہ دن بے روزگار نیس رہا۔ مجھے یقین تھا کہ نديارك جيم برے شمر من مجھ كوئى نہ كوئى اچھا روز گاز ضرور سل جائے گا۔ اس يقين ى كى دو سے ميں اين كوشش ميں كامياب رہا۔ فريد نے كہا كہ جبكى انسان ميں کی چیز کی شدید خواہش ہوتی ہے تو وہ خواہش ضرور یوری ہوتی ہے۔ جیسا کہ ایک امر كى شاعر نے كہا ، حس كو ميں اپنا بنا ليتا موں وہ ميرا موجاتا ہے " كيا يقين کامل والدین سے اولاد کو نتقل ہوتا ہے۔ ایبا قطعی طور پر ممکن ہے۔ مشہور مصنف ڈیل کارنیگی کا کہنا ہے کہ جب میں بچہ تھا تو مارے گھریلو طالات اتنے خراب تھے کہ اکثر ہمیں فاتے کرنے پڑتے تھے۔غربت نے ہمیں بری طرح جکڑ رکھا تھا۔

ڈمل کارنیکی نے کہا کہ میری والدہ بہت نیک خاتون تھیں۔ اُن کا عقدہ بهت پخته تھا۔ بدترین حالات میں بھی وہ بھی نہیں گھبراتی تھیں اور ہمیشہ خدا کا شکر ادا كرتے ہوئے حمر یہ گیت گنگاتی تھیں۔

وہ این بچل اور شوہر سے کہتیں کہ خدا ضرور ماری مدد کرے گا۔ اور پھر الیا بی موتا۔ خدا ماری مدد کرتا اور مجی الیا نہ مواکہ ہمیں مجوکا سونا مرا مور بیاسب ماری والدہ کے کامل یقین کی وجہ سے موتا۔

ان باتوں کا اعشاف ڈیل کارٹیکی نے نویارک میں اٹی تقریروں میں کیا۔ جب میں نے اُن کی گفتگوئ تو میں اِس تیجے پر پہنجا کہ خُدا کی طرف سے غربت اس لے آتی ے کہ ہم میں حرکت پیدا ہو اور ہم اینے معاثی حالات کو بہتر بنانے ک لیے جدوجہد اور کوشش کریں۔

فر لد اور ڈسل کارنیگی کی گفتگو ہے میں اس نتیج پر پہنیا ہوں کہ ہمارا عقیدہ

جیاس چہ۔ دیائی بن جاؤ جیل کے جم اس کے جا کہ جس محسوس کرتا ہوں کہ تم پریشانغوں اور شکلات میں ایک اچھا کیز جن بنے کی زبردست صلاحیت ہے۔ تم اگر کیز جن بن جاؤ تو نہ صرف خود بہت ترتی کر کئے ہو یکہ اپنی فرم کو بھی بہت آگے لے جا کئے ہو۔ ''نہیں میر میلون جس اپنی کام سے مطمئن ہوں اور جھے یہاں کوئی تکلیف نہیں۔ جس ایت تا ہو کہ بہت اس کوئی تکلیف نہیں۔ جس ایت تا ہو کہ بہت ہوں اور ایس کر میک ہوں۔ کیز جن تو جس کمی بن بی

نہیں سکتا اور نہ ہی میں مجھی سلز مین ننے کا سوچوں گا۔''

جیک کے اِس منفی رویے نے اُسے اِس خوف میں مبتلا کر رکھا تھا کہ وہ اِس دفتر سے باہر کوئی کام کر جی نہیں سکتا۔ اِس کے برعش میلون کا خیال تھا کہ جیک اپنی صلاحیتوں سے واقف نہیں۔ جیک اپنے آپ کو نہیں جانتا۔ میں اُسے جانتا ہوں۔ اُس میں زیردست صلاحیتیں ہیں۔

میلون نے جیک سے کہا ''جیک تم بے بھٹی کا شکار ہو۔ تہیں آپ آپ پر اعتاد اور یقین پیدا کرنا جا ہے۔''

آ فرميلون نے جيك كوسيلومين كى تربيت حاصل كرنے كے ليے آ مادہ كر ليا۔ جيك نے فود بھى محسوس كيا كہ سيلومين كا كام كانى ولچپ ہے۔ جب جيك نے اپنی تربيت كمل كر لى تو ميلون نے اعلان كيا كہ ميں نے ايك زبروست اور كامياب سيلومين وريافت كرليا ہے۔ يہ بات صحح ثابت ہوئى اور رفتہ رفتہ جيك ميں فوو اعتادى بڑھتی چلى گئى اور وہ اپنے كام ميں ترتی كرتا چلا گيا۔ اييا كيوكر ممكن ہوا؟ صرف إى وج ہے كہ ميلون نے جيك كى صلاحيتوں كو نہ صرف وريافت كيا بلكہ إن كى تقد يق بھى كى اور جيك ميں وہ قوت پيدا كى جے مثبت سوچ اور يقين كى قوت كى نيا جا تا ہے۔ اپنے آپ پر اعتماد كى يہ قوت روز بروز بروحتى بى چلى جاتى ہے۔ شبت موچ اس طاقت ميں مزيد اضافہ كرتى ہے۔ لہذا اس اصول كو ياو ركھیں۔ يعنى اپنے موچ إس طاقت ميں مزيد اضافہ كرتى ہے۔ لہذا اس اصول كو ياو ركھیں۔ يعنى اپنے موچ إس طاقت ميں مزيد اضافہ كرتى ہے۔ لہذا اس اصول كو ياو ركھیں۔ يعنى اپنے

عیاس چیاس چیاس بیدا کرتا ہے۔ لیعن ہارا ایمان ہم میں قوت پیدا کرتا ہے۔ یہ قوت ہیدا کرتا ہے۔ یہ قوت ہی میں اور مشکلات کے ذریعے ہم پریشانیوں اور مشکلات سے نجات حاصل کرتے ہیں۔

افین کی طاقت آوی کے اندر شبت سوچ پیدا کرتی ہے اور شبت سوچ ہے
حالات خود بخود بہتر ہونے لگتے ہیں۔ شبت سوچ ہی سے خوش قسمی جنم لیتی ہے۔
خوش قسمی خود کوئی چیز نہیں۔ یہ شبت سوچ ہی کا دوسرا نام ہے۔ شبت سوچ ہی آوئ
کے اندر بہت بڑی تبدیلی پیدا کرتی ہے۔ شبت سوچ میں ایک بہت بڑی خوبی یہ بھی
ہے کہ یہ منفی خیالات کو قریب نہیں آنے ویتی۔ اس لئے اپنے گفین اور اعتاد کو زیادہ
سے نیادہ مضبوط بنا کیں کے ونکہ آپ کا گفین ہی آپ کا مستقبل لتمر کرے گا۔

اب مین آپ کو ایک ایے شخص کے بارے میں بتاؤں گا جو مختف کمپنیوں
کے لیے سکر مین تیار کرتا تھا اور آئیس تربیت ویتا تھا۔ اس شخص کا نام میلون تھا۔
میلون سکر مینوں میں چھی ہوئی صلاحیتوں کو بیدار کرتا اور اپنے مثوروں کے ذریعے
اُن میں خود اعتادی اور یقین کی طاقت پیدا کرتا۔ وہ لوگوں سے کہتا کہ تم آپ آپ
ریقین رکھو۔ پھر تم محسوس کرو گے کہ تم میں بے شار صلاحیتیں ہیں۔

ایک مرتبہ میلون نے تربیت کے لئے ایک ایسے نوجوان کا انتخاب کیا جو ایک فرم میں معمولی سا کلرک تھا۔ اُس کا اظاق بہت اچھا تھا۔ اپنے کام میں اُس کی کارکردگی بھی اچھی تھی۔ وہ اپنے ساتھیوں کو کام کے سلطے میں نئے نئے آئیڈیاز بھی دیتا تھا۔ اِس نوجوان کا نام جیک تھا۔ جیک میں تمام ضروری خوبیاں تھیں لیکن وہ اپنی اِن خوبوں اور صلاحیتوں سے بے خبر تھا۔

میلون نے جیک سے بوچھا کہ تم اس فرم میں کام کرتے ہوئے کیا محنوں کرتے ہو؟ جیک نے کہا کہ میں خوش ہول اور اپنی نوکری کو جاری رکھنا جاہتا ہوں۔

24 جیار چو۔ دیائ بن جاد آت ہے کامیانی سامل کریں۔ یقین کی طاقت ہے کامیانی سامل کریں۔ یقین کی طاقت ہے

بڑی کوئی، طاقت نہیں ۔

ایک مرتبہ چار خواتین ایک سٹور میں داخل ہو کیں۔ تین خواتین مخلف اشیاء اور

کپڑے وغیرہ دیکھنے لگیں۔ ایک خاتون چند کپڑے لے کرٹرائی ردم میں چلی گئی۔ استے

میں ایک شخص سٹور میں داخل ہوا۔ اُس کے ایک ہاتھ میں تنجر اور دوسرے ہاتھ میں

پیتول تھا۔ اُس نے تیوں عورتوں ہے کہا کہ جو کھے تمہارے پاس ہے میرے حوالے کر

دو۔ تیوں عورتوں نے اپنی تمام اشیاء اس ڈاکو کے حوالے کر دیں۔ وہ بری طرح ڈرگئ

تھیں۔ اب ڈاکو نے ٹرائی روم کا دروازہ کھولا۔ جو خاتون ٹرائی روم میں تھی اُس ہے کہا

کہ جو کچھ تمہارے یاس ہے میرے حوالے کر دو درنہ میں تمہیں قبل کر دوں گا۔

اِس خانون نے بڑے اعتاد کے ساتھ ڈاکو سے کہا۔ ''دفع ہو جاد، نکل جاد کہاں عاد کہا۔ ''دفع ہو جاد، نکل جاد کہاں سے۔ خبروار بدمعاثی کی کوشش نہ کرتا ورنہ میں تمہارا برا حشر کر دوں گ۔' خانون نے بہ تمام باتیں است لیے لیے اور اعتاد سے کہیں کہ ڈاکو گھرا کیا اور اُس نے سٹور سے نکل جانے میں ہی خبریت مجھی۔ یہ کون می قوت تھی جس نے ڈاکو کو بھاگ جانے پر مجبور کر دیا؟ یہ اُس عورت کا یقین اور اعتاد تھا جس نے ڈاکو کو گھراہٹ میں جتا کر دیا اور وہ حواس باختہ ہوگیا۔

بعد میں پولیس نے اِس ڈاکو کو گرفآر کرلیا۔ تغیش کے دوران اُس نے پولیس کو بتایا کہ میں خوف میں جٹال ہو گیا۔

کو بتایا کہ میں نے اُس عورت میں ایس طاقت دیکھی کہ میں خوف میں جٹال ہو گیا۔

ہاں یہ بالکل کے ہے۔ یقین اور اعتاد کی طاقت بڑے بڑے کرشے دکھا کتی ہے۔ میں ایسا بی ایک اور واقعہ آپ کو ساتا ہوں۔ میں تقریروں کے سلیلے میں مختلف شہوں کا دورہ کر رہا تھا۔ چنانچہ ایک شہر کے دورے میں میں نے رات ہوئل میں قیام کیا۔ می جب میں تقریر کے لیے ہوئل سے باہرنگل رہا تھا تو ہوٹل کی طازمہ نے بجھے

جيا موچو ـ ديما جي بن جاؤ

سام كيا اوركما كه آپ كا يه دن بهت اى اچما گزرے كا۔ أس وقت باہر موسلا دھار بارش موراى تقى۔ إس كے باوجود عورت كے الفاظ من بهت زيادہ لقين ادر اعتاد تھا۔

یں نے اُس عورت کا حال احوال ہو تھا تو معلوم ہوا کہ اُس کے دو بی کا کی اور دو کول یس ہر ہے ہیں۔ بات چیت کے دوران اُس عورت نے کہا کہ یں خدا پر پکا ایمان رکھتی ہوں اور جھے یقین ہے کہ وہ ہر مشکل یس میری مدد کرتا ہے۔ اُس عورت نے بتایا کہ برسوں پہلے جب اُس کی شادی ہوئی تو دونوں میاں بیوی انتہائی غریب تھے۔ میرا اپنا خاندان بھی انتہائی غربت کا شکار تھا۔ یہ غربت اُتی شدید تھی کہ ماری دوح تک اِس کا اثر اثر کیا تھا۔ میرا خاوند غربت کی وجہ سے بہت پریشان اور ہایوں تھا۔ اُس عورت نے بتایا کہ ایک دوز یس نے حضرت عیلی بہت پریشان اور ہایوں تھا۔ اُس عورت نے بتایا کہ ایک دوز یس نے حضرت عیلی عارے بارے یس سے پڑھا کہ اُنہوں نے اپنے حواریوں سے کہا کہ یس تمہیں تمام شیطانی تو توں کی تغیر کی اجازت دیتا ہوں۔

میں نے جب حضرت عینی کے یہ الفاظ پڑھے تو جھے اپنے آپ میں بے انتہا اعتاد محسون ہوا۔ میں نے سوچا کہ میں بھی تو ضدا ہی کی مخلوق ہوں اور میں بھی یقینا شیطانی قوتوں کو فکست دے سختی ہوں۔ خربت بھی ایک شیطانی قوت اور ایک طرح کی ملا ہے۔ پھر میں نے اور میرے فاوند دونوں نے مل کر خربت کی شیطانی قوت کو بلاک کر دیا۔ غربت اور افلاس کو فکست دینے کے بعد اب میرا ایمان ہے کہ اعتاد اور یقین مارے سب سے طاقتور ہتھیار ہیں۔

میں نے عورت کی یہ کی کہانی کی اور اُس سے کہا کہ تم بالکل ٹھیک کہتی ہو۔ اعتاد اور یقین کی طاقت تمام شیطانی قوتوں کو محکست دے سکتی ہے۔ بے شک یقین اور اعتاد میں وہ کرشمہ ہے جو آپ کی زندگی بدل سکتا ہے۔

ایک دن طالت کا سمایا اوا ایک نوجوان وکیل میرے دفتر میں آیا۔ مایوی

میں جب سے مضمون نو جوان وکیل کو سنا چکا تو اُس پر مجزاند اگر ہوا۔ اب وہ
ایک بالکل بدلا ہوا اور نیا مخض تھا۔ وہ کری ہے اُٹھا، میرے ساتھ ہاتھ طلیا اور
اعتاد اور یقین ہے بجرے ہوئے لہے میں کہا ''میں سب کچھ بچھ گیا ہوں۔ میں بھی
اب دریا کے پانی کی طرح زندگ کے بگل کے نیجے سے یقین اور اعتاد کے ساتھ
گزروں گا۔ اور بچر وہ نے حوصلے اور بجر پور اعتاد کے ساتھ قدم اُٹھا تا ہوا میرے
دفتر سے جلا گیا۔

ایک دن مجھے ایک خاتون کا لکھا ہوا خط موصول ہوا۔ حالات کی ستائی ہوئی ایک انجائی مایوس اور شکست خوردہ عورت کا خط ۔ خط کیا تھا مایوسیوں اور تاکامیوں کی داستان تھی۔ اِس خاتون نے مجھے کھا۔

ڈاکٹر نارمن! میں کئی سکوں سے دوچار ہوں۔ یمرے اندر خود اعتادی نہیں ۔
میں انتہائی یوتوف ہوں۔ میں سوچتی ہوں کہ آخر خدا نے مجھے اس دنیا میں بھیجا ہی

کیوں ہے۔ مجھے یوں محسوس ہوتا ہے جیسے خدا کو بھی میری کوئی پرداہ نہیں۔ میں

غلطیوں پہ غلطیاں کرتی جلی جاتی ہوں۔ اب تو یوں ہے کہ جھے اپنے آپ ہی سے

نفرت ہوگئی ہے۔ ڈاکٹر نارمن میں زندگی ہی سے نجات حاصل کرتا چاہتی ہوں لیکن

پھر مجھے خال آتا ہے کہ خودگئی اچھی بات نہیں۔

یں آپ سے درخواست کرتی ہوں کہ آپ لوگوں کو روحانی عبارت والے جو کارڈ ویتے ہیں۔ ویا ہی ایک کارڈ جھے بھی دیں تاکہ میں مایوسیوں کے بعنور سے نظوں اور جھ میں شبت سوچ پیدا ہو۔ کیا آپ مہربانی کر کے میرے لئے ایک کارڈ

26 میں موجہ دیات بن جاؤ اس کے چبرے بی سے وکھائی وے رہی تھی۔ وہ ایک قانونی فرم میں کام کرتا تھا۔
لیکن اُس کی مسلسل ناکامیوں کی وجہ ہے اُسے یہ وارنگ وے وی گئی تھی کہ اگر اُس نے این کارکروگ بہتر نہ بنائی تو اُسے نوکری ہے نکال دیا جائے گا۔

اُس نوجوان وکیل نے پریشانی کے عالم میں بھے سے کہا کہ میرا کیریئر جاہ ہو
رہا ہے۔ میں کیا کروں؟ میں نے اُس سے کہا کہ وہ گھبرائے نہیں اور پھر اُسے ایک
مضمون بڑھ کر سنایا۔ یہ ایک ایسا مضمون تھا جے خود میں نے جب پہلی بار بڑھا تھا تو
میں نے اِس سے بہت بچھ سکھا تھا۔ بچھے یقین تھا کہ اس مضمون سے یہ مایوس وکیل
بھی بہت بڑا سبق کیلیے گا۔

جومضون میں نے اِس وکل کو پڑھنے کے لیے ویا وہ گریوپیٹری کا لکھا ہوا
تھا اور اُس کا عوان تھا '' بثبت زندگ گرارنے سے حقیقی مرت حاصل ہوتی ہے۔'
اب آب اِس مضمون کے ایک ھے پر غور کریں۔ مضمون نگار لکھتا ہے کہ ایک
نوجوان وریا کے بل کی ریڈگ پر جھکا ہوا وریا کے پانی کو پُل کے پنچ سے بہتہ
ہوئے ویکھ رہا تھا اور سوج رہا تھا کہ میں نے گئ مرتبہ اِس وریا کو ویکھا ہے۔ بھی تو
اِس دریا کا پانی تیزی سے بہر رہا ہوتا ہے اور بھی اُس کا بہاؤ ست ہوتا ہے لیکن یہ
پانی بھی رکانیس۔ یہ بھیشہ پُل کے نینے سے گزرتا رہتا ہے۔

اِس خیال نے نو جوان کو ایک بات سجمائی اور وہ بات یہ تھی کہ وریا کے پائی کی طرح زندگی کا ہر دن بھی زندگی کے پئل کے یٹنچ سے گزرتا رہتا ہے۔ بھی تیزی سے اور بھی آ بہتی اور ست روی ہے۔ کویا زندگی اور اِس کی مشکلات بھی بہتے ہوئے پائی کی طرح ہیں۔ یہ مشکلات جب ایک بارگزر جا کیں گی تو بھر دوبارہ نہیں آ کیں گی۔ یاور کھیں کہ زندگی ایک روائی، ایک بہاؤ کا نام ہے۔ مشکلات زندگی کے ساتھ ساتھ چلتی ہیں کی بھیشہ نہیں رہتیں۔ یہ گزر جاتی ہیں اور جب ایک بارگزر

### میں ڈوے ہوئے لوگوں میں ایک نیا جذبہ پیدا کر علی ہے۔

مرے ایک خالہ زاد بھائی لیو ڈیٹلے ایک بوے ادارے میں سلز فیجر ہیں۔ ایک روزہ وہ میرے ساتھ انبانوں میں پیدا ہونے والی غیر معمولی تبدیلیوں کے بارے میں گفتگو کر رہے تھے۔

لیونے کہا کہ جب انسان اینے آپ کو تبدیل کرنے کا پکا ارادہ کر لیتا ہے تو خدا بھی اُس کی مدد کرتا ہے اور اُس میں تبدیلی کاعمل شروع ہو جاتا ہے۔ اور ایک دن وہ مخص واقعی مکمل طور پر تبدیل ہو جاتا ہے۔

چر مرے خالہ زاد بھائی نے اپ ادارے میں کام کرنے والے ایک میزین ثم میں پیدا ہونے والی تبدیلی کی کہانی سائی۔ ثم مارے ادارے میں کئ برسول سے کام کر رہا تھا لیکن اُس کی کارکردگی ووسرے سیزمینوں کے مقالبے میں ببت ہی کم تھی۔ اس میں خود احتادی نہیں تھی اور ادارے کی انظامید أے پندنيس كرتى تقى \_ خطره تها كدفم كوكى بهى وقت طازمت سے نكال ديا جائے گا۔

پر ایک مجرہ رونما ہوا جس نے سب کو جران کر دیا۔ ثم اچا مک رق کرنے لگا۔ ایک سال کے اندر اندر وہ ایک تہائی سازمینوں سے بہتر ہو گیا اور دوسرے سال ك آخر مي أس كى كاركردگ ادارے كے تمام كيزمينوں سے بہتر ہوگئى۔ سب لوگ إلى سوج من دوب موئ تھ كرنم كى زندگى من يه حرت الكيز انقلاب كيے آيا؟

ملک بجرے ادارے کے سازین بیڈ آفس میں جنع تھے۔ آج بیڈ آفس میں ہونے والی تقریب میں ٹم کو بہترین سلزمین کا الوارڈ ویا جانا تھا۔ اوارے کے صدر نے ٹم کو ایوارڈ دیے کے لیے اُسے سی پر بلایا اور اُس کی کارکردگی کی انتہائی پرجوش الفاظ میں تعریف کی۔ چرکینی کے صدر نے ٹم سے یوچھا کہ اُس میں سے جرت انگیز تبدیلی کیے پیدا ہوئی جس نے اُسے زمین سے آسان پر پہنیا دیا؟ جيماسوچو ويماي بن جادُ

کھ کر مجھے روانہ کریں گے ۔۔ ٹس آپ کی بہت ہی شکر گزار ہوں گی۔

مس نے اس خاتون کے لئے ایک کارڈ لکھا اور اُسے ہدایت کی کہ وہ اس كارد كو بر وقت اين باس ركھ اور بر رات سوت وقت إس كارد كو او في آواز میں پڑھے۔ یہ خاتون مایوی کی اتھاہ گرائیوں میں ڈوبی ہوئی تھی۔ اُس کی زندگی میں امید اور اعماد کا دیا روش کرنے کے لئے اس کارڈ پر جوعبادت میں نے لکھی وہ

بہت ہی زوردار اور طاقت ور الفاظ پر مشتل متی۔ میں نے کارڈ پر لکھا۔

الله عدا نے مجھے اس دنیا میں بھیجا ہے اور اُس نے کوئی چیز فضول پیدائیس کی۔

الله خدا كى مرتخليق شاندار ب- إى لئ من بحى شاندار مول-

الله خدان مجمح تخلیق کیا اور خوبصورت انداز می تخلیق کیا۔

الله محمد زندگی سے محبت ہے اور شل خُدا کی مخلوق سے بھی محبت کرتی ہوں۔

اور س این کام تحک طرح کی صلاحت ہے اور میں اپنے کام تحک طرح سے کرتی ہوں۔

ان والمراجع المراجع المراجع المراجع الى والمراجع الى والمراجع المراجع المراجع

🖈 میں خوش ہوں اور خدا کی بے صد شکر گزار ہوں۔

ا اِس خاتون نے کارڈ کو میری بتائی ہوئی ہدایت کے مطابق استعال کیا اور آخرکار وہ مایوی سے نکل آئی اور خوشگوار زندگی گزارنے گی۔

اگر کمی مخف کو اینے آپ پر اعماد اور یقین نہ رہے تو پھر اُس کی شخصیت اُس کے قابو میں نیس رہتی اور اُس میں مفی تبدیلیاں آنے لگی ہیں۔ چر ہر روز اُس کی مالوی میں اضافہ ہی ہوتا چلا جاتا ہے۔

فخصیت میں اس تبدیلی کو رو کنا یقینا ممکن ہے۔ اس تبدیلی کو اعماد اور لقین کی قوت سے بی روکا جا سکتا ہے۔ کارڈ پر میں نے جو عبادت کھی تھی۔ وہ مایوی سیاسوچو۔ویسائل بن جاؤ

جب ٹم یہ الفاظ ادا کر رہا تھا۔ اُس وقت ہال میں سات سو سے بھی زیادہ سیر مین بیٹے ہوئے تھے۔ وہ سب خاموش تھے۔ پھر یہ خاموشی ٹوٹی اور اُنہوں نے خوب تالیاں بجا کر ٹم کو خرارِج تحسین چیش کیا۔ کیونکہ ٹم اب ایک بالکل نیا ٹم تھا۔ اُس نے اسٹے اندر اعتاد اور یقین کی طاقت پیدا کر لی تھی۔

یقین کی طاقت ایک الی طاقت ہے جو آپ کی کایا پلٹ مکتی ہے۔ یعنی آپ ش ایک زبردست تبدیلی پیدا کر عمق ہے۔

### باب: 2 كى اہم ترين باتيں

- ا۔ منفی سوچ کو دہاغ سے نکال دیں۔ اپنے ذہن میں سے پختہ یقین پیدا کریں کہ آپ جو کام کرنا چاہتے ہیں وہ آپ ضرور کر سکتے ہیں۔ یقین میں ایک طلسماتی قوت ہے جو آپ کو فتح سے ہمکنار کرے گا۔
- راتے کی مشکلات ہے بھی نہ گھبرا کیں۔ مشکلات زندگی کے ساتھ ساتھ چلتی ہیں تو ہیں لیکن ہیشہ نہیں رہتیں۔ یہ گزر جاتی ہیں اور جب ایک بار گزر جاتی ہیں تو دوبارہ واپس نہیں آتیں۔
- ۔ اپنے آپ کو بے کار اور فضول نہ مجھیں۔ آپ خدا کی خوبصورت اور شاندار

  خلیق ہیں۔ اُس نے کوئی چیز فضول پیدا نہیں کی۔ آپ میں ہر طرح کی

  ملاحت ہے۔ اپنی ذات کو عرت کی نگاہ سے دیکھیں۔ خُدا نے آپ کو ہر کام

  کرنے کی مجر پور ملاحت عطا کی ہے۔
- ۔ جب انسان اپنے آپ کو تبدیل کرنے کا پکا ارادہ کر لیتا ہے تو خُدا اُس کی ہر۔ طرح سے مدد کرتا ہے اور وہ واقعی تعمل طور پر بدل جاتا ہے۔ آپ میہ تجربہ خود کر کے دیکھیں۔ آپ اِس بات کی سچائی کے قائل ہو جا کیں گے۔

جيياسوچو۔ديبائي بن جاد

ثم كوئى مقررتيس تحا۔ وہ إدهر أدهر ديكير رہا تھا اور سوچ رہا تھا كہ وہ كيا كميد وہ كى حد تك پريشان بھى تھا اور اپنى بات كہنے كے لئے الفاظ تلاش كر رہا تھا۔أس كا جيرہ سرخ ہو رہا تھا اور أس ير بے چينى كا اثر نماياں تھا۔

> آخر غم نے لوگوں سے بول خطاب کیا۔ میرے بیارے ساتھیو!

یں ایک باکام شخص تھا۔ یہ بات خود مجھے بھی معلوم تھی اور دوسرے لوگ بھی اور دوسرے لوگ بھی اور دوسرے لوگ بھی المجھی طرح جانے تھے۔ ایک دات سونے سے پہلے میں نے اپنے آپ ہے کہا کہ اب میں مزید اس طرح زندگی نہیں گزار سکا۔ میرے کرے میں کتابوں کی ایک الماری تھی۔ میں نے اِس میں ہے ایک کتاب نکالی۔ یہ کتاب میری مال نے مجھے دی تھی۔ کتاب کے پہلے صفح پر میری مال کے ہاتھوں ہوئی یہ عبارت میری دی تھی۔ کتاب کے پہلے صفح پر میری مال کے ہاتھوں سے کتھی ہوئی یہ عبارت میری فروں کی سے عبارت میری افروں کے ساتھ اس کے بعد کھی تا ہے کو تبدیل کر سکتا ہے۔ اگر دہ چاہے تو اپنے آپ کو بدل کے لئے ایک میٹنے انسان بن سکتا ہے۔ "کہ وہ چاہے تو اپنے آپ کو بدل کر ایک باکل مختلف انسان بن سکتا ہے۔" پھر اچا تک میں نے یہ فیصلہ کیا کہ میں اپنے آپ کو میل اپنے آپ کو میل اپنے آپ کو میل اپنے آپ کو میل کے ایک میں نے یہ فیصلہ کیا کہ میں اپنے آپ کو میل کے اپنے آپ کو مورور بدلوں گا۔

اگلی صبح میں بازار گیا۔ میں نے ایک بہترین قتم کا نیا سوٹ خریدا۔ ساتھ ہی ایک نئی ٹائی، نئی شرف، نئے جوتے، نئی جرامیں اور یہاں تک کہ رومال بھی نیا خریدا۔
یہ جانتے ہوئے بھی کہ صرف کپڑے انسان کو نہیں بدل سکتے۔ میں گھر آ کر سیدھا باتھ روم میں گیا۔ میں نے خوب رگڑ رگڑ کر شیو کی یہاں بحک کہ میری جلد چپکنے گی۔ میں نے اپنے سر میں شیچو ڈال کر منفی خیالات کو اپنے سر میں سے نکال باہر کیا۔
پھر میں نے اپنا خریدا ہوا نیا لباس بہنا اور خُدا کا نام لے کر اپنے کام پر نکل گیا۔ اب میں ایک باکل نیا انسان تھا۔ ایک ایسا نیا انسان سے کامیابی لمتی جلی گئی۔

عياس جدياتي بن ماد

3:4

## مائل کیے مل ہوں؟

جیے ہر پھل کا جج اُس کے اندر موجود ہوتا ہے ای طرح ہر سکے کا حل بھی مسکے کے اندر موجود ہوتا ہے ای طرح ہر سکے کا حل بھی مسکے کے اندر ہی موجود ہوتا ہے۔ اِس اہم ترین بات کو بھی نہ بھولیں۔ جب یہ حقیقت آپ کے ذائن میں اچھی طرح نقش ہو جائے کہ دنیا میں کوئی بیاری الی نہیں جس کا عل نہ ہوتو پھر آپ بھی خوف نہیں جس کا عل نہ ہوتو پھر آپ بھی خوف زدہ نہیں جس کا عل نہ ہوتو پھر آپ بھی خوف زدہ نہیں ہوں گے۔

آ سانی محیفوں میں بھی لکھا ہے اور فدہی شخصیات کا بھی کہنا ہے کہ فدانے اگر بیاری پیدا کی ہے تو اُس کا علاج بھی پیدا کیا ہے۔ آ پ کا کام یہ ہے کہ آ پ بیاری کا علاج اور مسئلے کا حل دریافت کریں۔ یہ حل آ پ کو ضرور لمے گا۔ یہ ممکن نگ نہیں کہ مسئلہ ہو اور اُس کا حل موجود نہ ہو۔ شبت سوج رکھنے والے لوگ یہ ایمان رکھتے ہیں کہ مسئل وہ زر فیز زین ہے جس میں ترتی کا پودا نشوونما یا تا ہے۔ مسئلہ موگا، آپ اُسے حل کریں گے اور آ گے بڑھیں گے ورنہ تو زندگی کا خور آ گے بڑھیں گے ورنہ تو زندگی کا منر رُک حائے گا۔

فدا جب آپ کو کوئی صلاحیت دیتا ہے تو ذرا سوچیں کہ کیا آپ کو وہ با صلاحیت کی طشتری یا پلیٹ میں رکھ کر دیتا ہے؟ ہرگز نہیں۔ وہ آپ کو یہ صلاحیت کی مسلے میں لپیٹ کر دیتا ہے اور پھر وہ یہ دیکھتا ہے کہ آپ اس مسلے کو کیے طل کرتے ہیں اور اُس صلاحیت کو جو خُدا نے مسلے کے حل میں چھپا رکھی ہے کیے عاصل کرتے ہیں۔ میں جب یہ بات لوگوں کو سجھاتا ہوں تو وہ اکثر کہتے ہیں کہ خُد

جياسوچ وياي بن جاد

کو چاہے تھا کہ وہ بہت سے آسان سائل پیدا کرتا تاکہ لوگ اِن سائل کو آسانی کے ساتھ حل کر کے اپنی زندگی کو پُرسکون اور خوشگوار بنا کیتے اور پریشانیوں سے خات حاصل کر کئے۔

میں اس سوال کا جواب ویے کے لئے انہیں ایک واقعہ سنا تا ہول۔

ایک مرتبہ میں نے اپنے ایک پرانے دوست جارج کو مرک پر آتے ہوئے
دیکھا۔ وہ بہت ہی پریٹان اور مایوں نظر آر ہا تھا۔ جب وہ میرے قریب آیا تو میں
نے اُس سے پوچھا جارج تم کیے ہو۔ اُس نے میری طرف یوں دیکھا جیسے اُسے
میری بات مجھ نہیں آئی۔ میں نے اُس سے کہا جارج تم پریٹان دکھائی دیتے ہو۔
میری یہ بات من کر وہ غصے سے بجڑک اٹھا۔ اُس نے بولنا شروع کیا۔ "مسائل،
مسائل اور بس مسائل ہی مسائل۔ میں تو اِن مسلول سے نگ آگیا ہوں۔ جہاں
جاتا ہوں ایک نیا مسلکہ کھڑا ہوتا ہے۔ جو کام کرتا ہے اُس میں ایک نی الجھن پیدا ہو
جاتی جاتا ہوں ایک نیا مسلکہ کھڑا ہوتا ہے۔ جو کام کرتا ہے اُس میں ایک نی الجھن پیدا ہو

مجھے بری حرت ہوئی۔ جارج میں تو ہر سئلے اور ہر مشکل کو عل کرنے کی صلاحیت ہوا کرتی تھی۔ یہ آخر اُے ہوا کیا ہے؟

میں نے اُس سے کہا ''جارج کیا میں تہارے سائل عل کرنے میں تہاری کوئی مدد کرسکتا ہوں؟''

أس نے كہائم ميرے ليے كھ كر سكتے ہوتو يدكروكد بھے إن سائل سے نجات دلاؤ اور ميرى زندگى كو آسان بنا دو۔

من نے جارج سے اُس کا مسلہ بوچھا اور اِس پر کچھ در غور کرتا رہا۔ آخر میں نے اُس کے مسلے کا عل تلاش کر لیا۔

اگرچہ بیا جارج کے لیے زیادہ خوشگوار نہیں تھا۔ لیکن بیاض تھا حقیقت پر

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جياسوچو وياي ين جاؤ

منی۔

جیا و جدویا بی بن جو مسلم کا طل حلاش کرتے ہیں اور شاندار نتائج عاصل کیتین اور خوداعمادی کے ساتھ مسائل کا حل حلاش کرتے ہیں اور شاندار نتائج عاصل کرتے ہیں۔ وہ مسائل پر شنڈے ول و وہاغ کے ساتھ غور کرتے ہیں اور صحت مند زئنی رویے کے ساتھ اِن کا حل حلاش کرتے ہیں۔

بيسوال مناسب نبيل كدا ب كوبيد مسئل كون پيش آئے۔

(دنیا میں بعض لوگ یقینا ایے ہیں کہ جنہیں نبتا زیادہ مشکلات اور مسائل کا مامنا کرنا پڑتا ہے۔ مشکلات ایک طرح کی آزبائش اور امتحان ہے تاکہ آپ کو دنیا اور آخرت میں نوازا جا سے۔ اِس کے علاوہ مشکلات آوی میں وہ صلاحیتیں پیدا کرتی ہیں جن کی عدو ہے وہ زیادہ اہم اور بڑے کام سرانجام دینے کے قابل ہو جاتا ہے۔ اس لئے مشکلات سے گھرانا نہیں چاہیے اور صبر سے کام لیتے ہوئے اِن کا مقابلہ کرنا چاہے۔ سونا بھٹی میں پ کر ہی کندن بنآ ہے۔ ۔۔۔۔۔ وقار عزیز)

امریکہ میں نفیاتی مطالع کے ایک ادارے انسی نیوٹ آف دیسلیجن اینڈ ہیلتے کے تحت منعقد ہونے والے اجماعات میں ماہرین نفیات اس نتیج پر پہنچ کہ امریکہ میں (Anxiety) لینی اضطراب اور بے چینی کی بیاری تیزی سے چیل ربی ہے۔ اس بیاری سے نجات کیلئے امریکی شراب اور منتیات وغیرہ کثرت سے استعال کرتے ہیں۔ عام لوگ بی نمیس پڑھ کھے لوگ بھی اور بعض بڑے بڑے اداروں کے مربراہ بھی اِس بیاری علی مبتلا ہیں۔

اِن سب لوگوں میں بھین اور اعتاد کی کی ہے۔ اِن لوگوں میں بھین اور اعتاد کی استعاد کی کی ہے۔ اِن لوگوں میں بھین اور اعتاد بیدا کرنے سے استاد بیدا کرنے سے اسلام میں ہے۔ اِس کے سوا اِس بیاری کا کوئی اور علاج نہیں ہے۔

یقین کیا چرے؟ یقین نام ہے خُدا پر ایمان اور بھرونے کا۔ اپنے کام کے فائدہ مند ہونے پر یقین کا اور اپنی ذات پر اعماد کا۔

میں نے جارج سے کہا کہ کیا تم اپنے سارے مسائل حل کرنا چاہتے ہو؟ اُس نے کہا ''ہاں میں اپنے سب مسائل سے چھٹکارا حاصل کرنا چاہتا ہوں۔ کیا تمہارے یاس مجھے مسائل سے نجات دلانے کی کوئی تجویز ہے؟''

میں نے کہا ''ہاں! میرے پاس تمہارے تمام سائل کا عل موجود ہے۔ ایک جگد ایک ہے جہاں لاکھوں کی تعداد میں لوگ ہیں لیکن اُن کے لیے کوئی مسلہ نہیں۔'' جارج نے کہا ''تو پھر ٹھیک ہے۔ تم ججھے وہاں لے چلو۔''

میں نے کہا ''وہ جگہ ہے قبرستان'' ''یہ حقیقت ہے کہ وہاں کوئی مسلمنیں۔ وہاں کسی کو یہ پریشانی نہیں کہ اخباروں میں کیا خبریں ہیں۔ ریڈیو اور ٹیلی ویژن کیا کہہ رہے میں۔ نہ بی وہاں روٹی اور روزگار کا مسئلہ ہے۔ اس لئے کہ وہ سب مرے ہوئے ہیں۔''

میں نے کہا ''جارج و کھو! ہاری یے زندگی سائل ہی کا نام ہے اور یہ سائل علی مندہ رکھتے ہیں۔'

"اگر ماری زندگی میں سائل نہ ہوں تو ہم ستی کا شکار ہو جا کیں۔ زک جا کیں۔ رک جا کیں۔ سائل میں جو ہماری زندگی کو روال ووال اور اللہ میں جو ہماری زندگی کو روال ووال اور متحرک رکھتے ہیں۔"

جن لوگوں کی سوچ مثبت ہوتی ہے وہ وہنی اور روحانی طور پر زندہ رہے جیں۔ اُنہیں اِس بات پر یقین ہوتا ہے کہ خُدا اُن کی مدد کرے گا اور وہ زندگی میں پیدا ہونے والے ہر سئلے کا حل تلاش کر لیں گے۔

زندگی میں سائل ہی آ دی کی وہی تربیت کرتے ہیں اور سائل ہی کی مدد سے آپ پر زندگی کی حقیقیں واضح ہوتی ہیں۔ شبت سوچ رکھنے والے لوگ ذہانت

مزید کتب پڑھنے کے گئے آج ہی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جيماسوچو وياي بن جادُ

جب کوئی مخف این ذات پر یقین اور اعماد پیدا کر لیما ہے تو اُس میں تذبذب، پس و پیش اور شکوک ختم ہو جاتے ہیں۔ ایمان اور لقین ایک اینا مجوہ ب جس سے انسان کی شخصیت تبدیل ہو جاتی ہے۔ اُسے وہی اور روحانی سکون اللہ اور اُس مِس جو كزوريال موتى بين وه اُس كى طاقت مِن تبديل مو جاتي بين-

المان، یقین اور اعماو کی قوت سے انسان بڑے بڑے سکوں پر قابو حاصل کر لیتا ہے۔

جب آب کوکوئی مئلہ ورپین ہوتو اس سے منتے کے ووطریقے ہیں۔ ایک طریقہ تو یہ ہے کہ آپ اس مطلے کوحل کریں اور دوسرا طریقہ یہ ہے کہ آپ اُس مسط پر فلفانہ طریقے سے فور کرتے ہوئے اُس کے ساتھ زندگی گزارنا کی لیں۔ لینی مسئلہ اگر موجود ہے تو آپ اُس کی پرواہ بی نہ کریں اور اپنی معمول کی زندگ گزارتے رہن ۔

لین جولوگ کامیاب زندگی گزارنا جانے میں اُن کی کوشش می بوتی ہے کہ وہ کردار میں "ملی بہلو" کو تقویت ویں اور جو بھی سئلہ اور مشکل ہے اُسے مملی طور پر . حل کریں.

میں خود بھی اس مرطے سے گزرا ہوں۔ میں جب نوجوان تھا تو میری سوج اگر چہ مثبت تھی لیکن میں احباس کمتری میں مبتلا تھا۔ میرا سب سے بڑا مسلہ یہ تھا کہ من احاب كترى سے كيم نجات عاصل كروں؟

مرے کی خواب تھے۔ میں جاہتا تھا کہ بڑے بوے اور اہم کام کروں۔ مرى سب سے برى خواہش يو تھى كہ ميں ايك مقرر بنول ـ ليكن ميرى حالت يو تھى کہ جب میں تقریر کرنے کی کوشش کرتا تو میری ٹائٹیں کا پننے لگتیں، منہ خلک ہو جاتا اور میں بہت گھرا جاتا۔ اس حالت کے باوجود میرے اندر تقریر کرنے کی خواہش

روز بروز شدید سے شدید تر ہوتی جا رہی تھی اور آخر ایک ون من نے سے کام پورے یقین اور اعماد کے ساتھ کر دکھایا۔

اگر آپ کھ کرنا جاتے ہیں توجو آپ کو کرنا ہے اس کے بارے میں غیر مینی کو وُور کریں اور اینے وائن سے شکوک کو منائمیں۔ یہ اعماد رکھیں کہ آب میں سے کام کرنے کی بوری بوری صلاحیت موجود ہے۔

یہ میری خوش قتمتی تھی کہ مجھے نو جوانی میں جار ایسے افراد کم جن سے مجھے بت مدو حاصل مولًى۔ إن من سے ايك او بائو يو نورٹي كے يروفيسر بن اے رينس تھے۔ اُنہوں نے میرے ول میں موجود خواہش کو جان لیا تھا۔ ایک روز اُنہوں نے جھ نے کہا کہ نارس، کلاس ختم ہونے کے بعد مجھے بلنا۔

جب میں اُن سے ملنے گیا تو انہوں نے بھے این پاس بھایا اور میرا جائزہ لنے گے۔ أنبوں نے بھے ے بوچھا كرتمباراكيا ملك ب؟ پر دہ بولے كريم جانا ہوں کہتم بہت کفتی ہو۔ لیکن جب تک میں خودتم سے بات نہ کروں تم بولتے ى نيس \_ جب بولتے ہو تو تمہارا چرہ سرخ ہو جاتا ہے۔ تم محنت بھی كرتے ہو اور مجھ دار بھی ہو۔لیکن اپنی خوبوں کے بارے میں تم نہیں جانے بچھے بتاؤ حمہیں کیا مئلہ در پیں ہے؟

پر روفیسر نے مجھ سے کہا۔" یس محسوں کرتا ہوں کہتم احساس کمتری میں بتلا ہو۔ میں اس احماس سے نجات حاصل کرنے میں تبہاری مدد کروں گا۔ سب جانے ہیں کہ تم ذہین ہو، قابل ہو اور بہت اچھے انسان ہو۔ تم احساس کمٹری کے رویے کو فورا ترک کر دو۔ خدا نے تمہیں بہت صلاحیتیں دی ہیں۔ ان سے فائدہ الفاؤ\_تم خُدا ير بجروسہ ركھوتو بجرتم برقتم كے ڈر اور خوف سے نجات عاصل كر او گے۔ خُدا ریقین رکھتے ہوئے تم اُس سے جو ہانگو کے تہمیں ضرور کے گا۔

شبت خیالات کو جلدی جگه نہیں ویتا۔ منفی خیالات پر شبت خیالات کو بار بار حملہ کرنا پڑتا ہے۔ تب جا کر منفی خیالات وماغ سے نکلتے ہیں۔

کالج چھوڑنے کے بعد جب میں ایک گرج میں پادری مقرر ہوا تو اس وقت میری عمر بہت ہی کم تھی۔ حب رستور میں لوگوں کو شفا حاصل کرنے کے لئے دعا دیا کرتا تھا۔ لیکن ایک مرتبہ الیا ہوا کہ خود میرا ذہن منتشر ہونے لگا۔ میں نے اپنے ایک پرانے دوست رابرٹم سے اپنی کیفیت بیان کی۔

اُس نے جب میری منفی گفتگوئی تو بہت اعتاد کے ساتھ جھے ہے کہا "نارائ! اپنے بارے میں مجھی منفی الفاظ استعال نہ کرنا۔ میں حمہیں ایک کارڈ پر کچھے الفاظ لکھ کر دیتا ہوں۔ یہ الفاظ تمہارے یقین کو مضبوط اور متحکم کریں گے اور حمہیں کسی مسلے کا سامنا نہیں کرنا پڑے گا۔"

یہ بچ ہے کہ بہت سے سائل امارے احباب کمتری کی وجہ سے بی ہمیں بیش آتے ہیں۔ اگر ہم میں یقین اور اعباد ہوتو ہم برطرح کی شکلات اور سائل کوهل کر کتے ہیں۔

ر سے ہیں۔
مسر اینڈر او نیویارک کے بہت بڑے برنس مین ہیں۔ ایک دن وہ مجھے لئے
آئے تو انہوں نے بتایا کہ اپنے لڑکین کی عمر میں وہ ایک ہوئل میں برتن دھونے کی
مازمت کرتے تھے۔لین اب وہ امریکہ میں کئی سُر ماریکٹوں کے مالک ہیں۔

میں نے اُن کو اپنا سلہ بنایا اور کہا کہ میرا ذہن منتشر رہتا ہے۔ میں کیا کروں؟ اُنہوں نے کہا واقعی یہ ایک بڑا سئلہ ہے۔ لیکن یاد رکھو کہ اپنے سئلے کو کی اپنی یاد رکھو کہ اپنے سئلے کو خود طل کرنا چاہے۔ لوگوں کے سائل کرنا بھی ایک بیاری ہے۔ اپنے سئلے کو خود طل کرنا چاہے۔ لوگوں کے سائل کا رونا رونے ہے دوسروں کی نظروں میں آ دی کی قدرو قیت کم ہو جاتی ہے۔ اِس سے سائل میں کی نہیں ہوتی بلکہ وہ اور شدت اختیار کر جاتے

میاموچه ویای ین جا

جب میں پروفیسر سے ملنے کے بعد رخصت ہوا تو میرے اندر امید کا ایک جذبہ تھا۔ میں سوچ رہا تھا کہ پروفیسر میرے بارے میں ٹھیک ہی کہہ رہا تھا۔ اگر میں اپنا احباس کمتری دور کرنا چاہوں تو ضرور کر سکتا ہوں۔ اس امید اور بجروے کے ساتھ میں نے اپنے دل میں خدا سے دعا کی کہ اے خدا مجھے معلوم ہے کرتو نے کی لوگوں کو اچھا بنا دیا ہے۔ میں سے بھی جانتا ہوں کہ تو نے چوروں اور بمعاشوں کو نیک اور پارسا بنایا ہے۔ تو چاہے تو کیا ممکن نہیں۔ کیا تو بھے جھے کلت خوردہ انسان کو اچھا انسان نہیں بنا سکا۔ یقینا بنا سکتا ہے۔ تو میں تجھے سے دعا کرتا ہوں کہ اپنے نفضل و کرم سے میری دعا قبول فرما۔

میں نہیں بتاسکا کہ یہ دعا کرنے کے بعد جھ میں کیا تبدیلی پیدا ہوئی۔ بی اتنا کہدسکا ہوں کہ میں حرت انگیز طور پر پُرسکون ہو گیا اور میرے دل میں اظمینان کی ایک لہر دوڑ گئی۔

میرے ایک اور استاد پروفیر ولیم نے بھی میرے سائل کے عل میں میری بہت مدد کی۔ اُنہوں نے بچے دو کتابیں پڑھنے کے لیے دیں۔ ان ش سے ایک کتاب مشہور مصف ایمرین کی تھی۔ اِن دونوں کتابون نے میرے اندر جیت انگیز تبدیلی پیدا کی۔ میری خود اعتادی میں اضافہ ہوا اور بچھے اپنی سوچ کو شبت بنانے میں بری مدد کی۔

یہاں میں ایک بات واضح کرنا چاہتا ہوں۔ وہ یہ ہے کہ میں نے اگر چد اچ احمای کمتری سے نجات حاصل کر لی لیکن اِس مقصد کے لیے جھے کافی محت کرنا پڑی۔ اس لئے کہ جو خیال آپ کے دماغ میں ایک مرتبہ بیٹھ جائے اُسے دماغ سے فکالنے کے لئے کانی عرصہ درکار ہوتا ہے اور اس مقصد کیلئے صبر کی ضرورت ہوتی ہے۔ اِس کے بعد بی کوئی مثبت بیجہ لکانا ہے کوئکہ دماغ میں گھیا ہوا منفی خیال،

يهاسو چو\_ويها تل بن جاؤ

میں نفطے کرنے پڑتے تھے۔

ماضی میں می و فض اہم قتم کے فیصلے کرنے میں و وواری محسوں نہیں کرتا تھا اور اپنی طازمت میں ترتی کرتے کرتے موجودہ مقام پر پہنچا تھا کین اب کام کی زیادتی کی وجہ سے وہ اعصابی طور پر کرور ہو گیا تھا۔ اور پہلے کے مقالجے میں اب اُس میں فیصلہ کرنے کی صلاحت نہیں رہی تھی۔ اُس کے ذہن میں خوف پیدا ہو گیا تھا جس کی وجہ سے وہ ورست فیصلہ نہیں کرسکتا تھا۔

وہ محسوں کرتا تھا کہ اب وہ مزید سائل کا سامنا کرنے کے قابل نہیں رہا۔

میں نے اس شخص سے کئی ملاقا تیں کیس اور اُس کے وماغ سے منفی خیالات
نکال کر اُسے شبت بنانے کی کوشش کی لیکن اُس شخص کا کہنا تھا کہ میرا علاج صرف
روحانی طریقے سے ہی ہو سکتا ہے۔ وہ جھ پر روحانی علاج کے لئے ہی زور دیتا تھا۔
چنانچہ میں نے اُس سے وعدہ کرلیا کہ میں اُس کا روحانی علاج ہی کروں گا۔

چنانچہ میں نے اُس سے وعدہ کرلیا کہ میں اُس کا روحانی علاج ہی کروں گا۔
میں نے ایک کارڈ پر ایک معروف شاعر کی لقم کی چند لائین کھے کر اُسے

دیں۔
طوفان چاہتا ہے کہ آسان کے دل لینی چاند کو نکڑے کر ووں۔ لیکن خت طوفان کے باوجود چاند بالکل سکون میں ہے۔
دل بھی چاند کی طرح جم کا مرکز ہے۔
جذبات کے طوفان اِس میں المجل پیدائیس کر کتے۔
انسان میں ایک زبنی توانائی ہے جو اُس کے جم کے مرکز کو پُرسکون رکھتی

مُدا انبان کے دل و دماغ پر گزرنے والی ہر کیفیت کو جانتا ہے۔ میں تنہا ہرگز نہیں مول۔ یں اور مشکلات میں حزید اضافہ ہو جاتا ہے۔ اگر مشکل مسائل پیٹ آئیں آو دوروں سے بیان کرنے کی بجائے خدا سے دعا کرنی چاہے۔ یہ دعا بار بار کرنی چاہے۔ یہ دعا بار بار کرنی چاہے۔ یہ دعا بار بار کرنی چاہے۔ وعا سے آپ کا اعتاد اور یقین بڑھتا ہے۔ خدا سے دعا کرنے کے بعد آپ خودمحوں کریں گے کہ اِس سے کی قدر طاقت ور نتائ برآ مہ ہوتے ہیں۔

انہوں نے جھے سے کہا جاذ اور خُدا سے دعا کرو۔ اُس کے سامنے گر گراؤ۔ خُدا پر مجروسہ رکھو۔ وہ یقینا تمہاری مدد کرے گا۔

اینڈریو وائتی مفبوط اعتقاد اور یقین کا مالک تھا۔ اُس کی بات سو فیمد درست تھی۔ اُس کی جات سو فیمد درست تھی۔ اُس کے سوچ مکمل طور پر شبت تھی۔ میں نے چند سال پہلے اینڈریو کے بارے میں ساتھا اُس نے اپنے یقین اور اعتاد کی وجہ سے زندگی میں بہت ترقی کی۔ اور آئ میں اِس حقیقت کو اپنی آئھوں سے دکھے رہا تھا۔ اور طاہر ہے کہ میں نے اینڈریو سے بہت کچھ سکھا تھا اور کئ سبق حاصل کئے تھے۔

ایک دن میرے پاس ایک آدی آیا جو انتہائی اعصابی تاؤک مالت میں فقا۔ اُس نے بتایا کہ ڈاکٹر کا کہنا ہے کہ میں ایک نفیاتی مریش ہوں۔ میں نے بچھے اتوار کو ایک خربی اجماع میں آپ کی تقریر من تھی۔ آپ کی تقریر سے بچھے بہت سکون محبوں ہوا تھا۔ اُس نے بچھ سے کہا کہ آپ میرے ساتھ چلیں اور میر کر ڈاکٹر سے اُس کر میری بیاری کے بارے میں اُس سے معلوم کریں۔ ہو سکتا ہے کہ آپ ڈاکٹر سے اُس گفتگو کے بعد میرا کوئی دوحانی علاج کر سکیں۔ بچھے آپ پر یقین ہے کہ کہ آپ میرے مرض کا علاج کر سکتے ہیں۔

جب میں نے اِس محض سے ذرا تفصیل کے ساتھ گفتگو کی تو جھے پہ چاا کہ اُس میں فیصلہ کرنے کی قوت نہیں ہے اور وہ کی قتم کا فیصلہ کرنے سے گھبرا تا ہے۔ لیکن وہ ایک ایسے ادارے میں ملازم تھا جہاں ہر روز اُسے اہم معاملات کے بارے

جیما کہ میں نے اس باب کے شروع میں بتایا تھا۔ شبت سوج رکھنے والا آ دی کمی قتم کی صورت حال میں بھی خوفزوہ نہیں ہوتا اور کوئی بھی مسئلہ ہو وہ گھبراتا نہیں۔ کوئکہ وہ حالات کو قابو میں کرنا، ورست فیصلے کرنا اور منائل کوحل کرنا جانتا ہے۔ وہ یہ بھی جانتا ہے کہ صرف منائل کوحل کرنے سے بی زندگی کی گاڑی آ گے چلتی ہے اور بہتر نتائج برآ کہ ہوتے ہیں۔

میرا ایک پرانا ووست ہے ''جارج''۔ وہ پائپ بنانے والی ایک فیکٹری کا مالک ہے۔ اُس کا کہنا ہے کہ جب ہمیں زین کھود کر پائپ بجھانا ہوتا ہے اور رائے میں کوئی پھر بی چنان آ جاتی ہے تو ہم برے حمل ہے اپنا کام جاری رکھتے ہیں اور آ خر ایک دن وہ چنان تو خ جاتی ہے۔

سائل کوهل کرنے کی ترکیب بھی ہی ہے۔ انہیں قمل کے ساتھ آ ہت آ ہت فتح کرتے بطے جائے۔ بیال تک کہ سائل کا وجود ہی مث جائے صرف جاری کی طرح شبت سوچ رکھنے واللہ کی طرح شبت سوچ رکھنے واللہ آوی سائل کو فود حل کرتا ہے کوئکہ شبت سوچ اُس میں عزم اور حوصلہ پیدا کرتی ہے اور یہ عزم اور حوصلہ اُسے کامیابی تک لے جاتا ہے۔

اس کے برعش منفی موچ رکھنے والے اوگ خطرناک ہوتے ہیں۔ کیونکہ وہ دوروں میں بھی منفی موچ کے جراثیم بھیاتے ہیں۔ وہ ہر چز کے بارے میں منفی خیالات کا اظہار کرتے ہیں۔ اور اپی طرح دوروں کا حوصلہ بھی پست کرتے ہیں۔ نفیات کا ایک بنیادی اصول ہے۔ ''یعنی جسے آپ کے خیالات ہوں گے ماحول ہے آپ ویے بی نتائج اخذ کریں گے۔ شبت موینے والے کو آس پاس ماحول ہے آپ دیکھائی ویں گی اور منفی موینے والے کو آس پاس

جيماسوچو۔ويائي بن جاد

مُدا ہمیشہ میرے ساتھ رہتا ہے۔

خدا يقينا برفط من مرى مددكرے كا۔

وہ مجھی انسان کے دل مین غلط خیال نہیں ڈالیا۔

مرا ایمان ہے کہ خُدا بی مجھے راہ دکھاتا ہے۔ میں اُس سے راہنمائی حاصل کرتا ہوں۔

اب میں اپنے فیصلوں پر عمل کرتے ہوئے کوئی بھکچاہٹ محسوس نہیں کروں گا۔
میں نے اُس سے کہا کہ ہر رات سونے سے پہلے اِس عبارت کو ضرور پڑھ
لیا کرو۔ اِس بات پر کائل ایمان رکھو کہ خُد ا بمیشہ میرے ساتھ ہے۔ پھرتم ویکھو گے
کہ تمہیں درست فیصلہ کرنے کی طاقت عاصل ہو گئی ہے اور تمہیں خید بھی بہت
پُر سکون آنے گئی ہے۔

اُس فخض نے کارڈ کو اپن جیب میں رکھ لیا اور جاتے ہوئے کہا کہ میں آپ کی تھیجت پر ضرور عمل کروں گا۔

چند دنوں کے بعد وہ شخص مجھ سے ملنے آیا۔ اُس نے بتایا کہ میں پھر پہلے ہی کی طرح کام کرنے لگا ہوں۔ میرا کھویا ہوا اعماد لوٹ آیا ہے۔

جب وہ اپنی بلازمت سے ریٹائر ہوا تو اُس نے ایک فیکٹری کھول لی۔ کافی کرمے کے بعد میری اُس سے باتات ہوئی۔ جب میں نے اُس سے بوچھا کہ تم کسے ہو؟ اور یہ سب کچھٹم نے کیے کیا؟ تو اُس نے جیب سے کئ سال پہلے کا لکھا ہوا وہی کارڈ نکالا اور مجھے دکھاتے ہوئے کہنے لگا۔

"کی میری کامیانی کا راز ہے۔ میں اس کارڈ کی کئی کاپیاں بوا کر اپنی دوستوں میں بھی تشیم کر چکا ہوں۔ وہ سب بھی کامیاب زندگی گزار رہے ہیں۔" آپ نے ویکھا کہ یہ صاحب کس قدر شبت ہو بھے تھے لکہ دوسروں کی سوچ

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جياس چو۔ ديما بي بن جاد

### باب: 3 كى اہم زين باتيں

ا۔ جب آپ اِس حقیقت کے قائل ہو جائیں گے کہ دنیا میں ہر مسلے کا عل موجود ب تو پھر آپ بھی خوفزدہ نہیں ہول گے۔

- ۲۔ ماری زندگی میں ماکل نہ ہوں تو ہم بھی ترتی نہ کر سیس۔ ماکل ماری زندگی کو روال دوال اور متحرک رکھتے ہیں۔ یہ ماری ذبنی تربیت کرتے ہیں۔ اس لئے ماکل ہے بھی نہیں گھرانا چاہے۔
- س۔ ایمان، یقین، اعماد اور کوشش ہے انسان بڑے بڑے مسلوں پر قابو حاصل کر سکتا ہے۔
- ۳۔ اپنے کاموں میں کوشش کے ماتھ ماتھ خُدا ہے بھی مدد لیا کریں۔ خُدا ہے دعا کیا کریں کہ اے اللہ تُو نے چوروں اور بدمعاشوں کو اچھا انسان بنا دیا ہے۔ کیا تو جھے بھے شکست خوردہ اور بے سہارا انسان کو سہارا نہیں دے سکا۔ تُو یقینا میری ہر طرح ہے مدد کر سکتا ہے۔ میری سب پریشانیاں دور کر اور بھے کامیاب کر۔ اپنے نفتل و کرم ہے میری دعا قبول فرما۔
- ۵۔ دعا بار بارکیا کریں۔ دعا ہے آپ کا اعتاد اور یقین برھتا ہے۔ فدا سے دعا کرنے کے بعد آپ خود محول کریں گے کہ اس سے کس قدر طاقت ور نتائج کہ اس سے کس قدر طاقت ور نتائج کہ اس میں مدوتے ہیں۔

جيسامو چو۔ ديسا بي بن جاؤ

(اردو زبان کے شاعر ناصر کاظی کا بیشعر اِی صورت حال کی عکای کرتا ہے

دل تو بیرا اداک ہے ناصر

شہر کیوں سائیں سائیں کرتا ہے

جو چیز آپ کے اندر ہو گی۔ وہیں آپ کو باہر بھی دکھائی دے گ۔
وقارع ین

آیک کہاوت ہے کہ پرندہ اپنے ہی جھنٹر مین خوش رہتا ہے۔ کور کور کے ساتھ خوش رہتا ہے اور باز باز ہی کے ساتھ اُڑنا پند کرتا ہے۔

ای طرح منفی سوچ رکھنے والے، منفی صورتِ حال بیدا کرتے ہیں اور اُنہیں منفی سائ بیدا کرتے ہیں اور اُنہیں منفی سائح بی حاصل ہوتے ہیں۔ دوسری طرف شبت سوچ رکھنے والوں کے پاس یقین، اعتاد، محنت اور ویانت واری کی طاقت ہوتی ہے۔ اُن کی سرگرمیاں شبت ہوتی ہیں۔ اور اِن شبت سرگرمیوں سے شبت سائح بی برآ کہ ہوتے ہیں۔ اور اِن شبت سرگرمیوں سے شبت سائح بی برآ کہ ہوتے ہیں۔



مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جیماسوچو۔وینائی بن جاؤ

باب: 4

# خود کو بدلیں ہر چیز بدل جائے گ

یں اگر چہ گاؤں میں رہا ہوں لیکن میری سوچ ہمیشہ سے شبت ہے۔ ویباتی لاکے نے شرم سے سر جھکاتے ہوئے جھ سے کہا۔ کیا میں آپ کے ساتھ چند تدم چل سکتا ہوں۔

اُس نے بتایا کہ وہ کئی سال سے زندگی میں آگے بڑھنے اور ترتی کرنے کے موضوع پر کتابیں پڑھ رہا ہے۔ میں نے آپ کی کتابیں بھی پڑھی ہیں جو آ دی کے خالات کو مثبت بنانے میں مدو دیتی ہیں۔ اُس نے بتایا کہ جھے آپ کی پہلی کتاب میری ماں نے تخفے میں دی تھی۔ اُس وقت میں ایک بچہ تھا۔ لیکن اب میں بڑا ہو چکا ہوں اور اپنی مزل پر چینچنے کی کوشش کر رہا ہوں۔

"تم كيا بنا چاہے ہو؟" ميں نے أس سے يو چھا۔

یں چاہتا ہوں کہ وکیل بوں اور ہو سکتا ہے کہ بعد میں میں ساست کے میدان میں آ جاؤں لیکن مجھے یہ سب کچھ ایک خواب سا لگتا ہے۔ کوئکہ ہم بہت خریب ہیں۔ وکیل بننے کے لئے پہلے کالج میں داخل ہونا پڑتا ہے اور پھر وکالت کا کورس کرنا پڑتا ہے۔ لیکن میرے خاندان کے سب لوگ کھیتوں پر کام کرتے ہیں اور آج کوئی کالج نہیں میں۔

اُس لاکے کے ساتھ میری بیات چیت اُس وقت ہوئی جب میں ایک ہوئل میں تقریر کرنے کے بعد واپس جارہا تھا۔

أى لاك نے مجھے بتایا كه أى كى عرتيرہ سال بـ أى نے اخبار كى

میری تقریر کے بارے میں ایک اشتہار دیکھا تھا۔ ادر اس اشتہار کو دیکھ کر ہی دہ موثل میں میری تقریر سنے آیا تھا۔ پھر اُس نے مجھے سے بوچھا۔"کیا آپ بتا کئے ہوں کہ میرا دیک ادر سیاست دان بنے کا خواب بورا ہوگا یا نہیں؟ آپ مجھے کوئی اچھا سا مثورہ بھی دیں تاکہ میں اپنی منزل پر بہنج سکول۔"

لڑے کا گفتگو کا انداز اچھا اور متاثر کرنے والا تھا۔ وہ غریب تھا، گاؤں میں رہتا تھا اور وکیل بنے کا خواہش مند تھا۔

میں نے اُس سے کہا۔ بچے تمبارے اندر وکل بنے کی شدید خواہش ہے۔
اس لئے تم ضرور وکیل بنے میں کامیاب ہو جاؤ گے۔ کی کام کی شدید خواہش اور
کی گئن ایک فیتی چیز ہے جو آ دی کو ضرور منزل تک لے جاتی ہے۔ تم نے بس کا
کرایہ خرج کیا اور یہاں تک پنچے۔ یہ تمباری ای شدید خواہش کی وجہ ہے ہوا۔ تم
ذہین ہو۔ یہ تمبارے چرے سے ظاہر ہوتا ہے۔ تمباری سوج بھی بے حد شبت ہے۔
اس لئے تم خُدا پر لیمین رکھو اور اپنے ذہن ہے ہرضم کے شک کو نکال دو۔ تمباری
خواہش ضرور پوری ہوگی۔

میں نے ایک کارڈ نکالا اور اُس پر یہ الفاظ کھے۔

"میں سب کچھ کرسکا ہوں کیونکہ خُدانے مجھے اس کی طاقت وی ہے۔"

میں نے اس سے پوچھا۔ کیا تہمیں خدا پر یقین ہے؟

أس نے كہا۔ مان! مجھے خُدا پر بورا يقين ہے۔

من نے کہا تو چر ٹھیک ہے۔ خدا بجروسہ رکھنے والوں کی ہمیشہ مدد کرتا ہے۔ تم پکا اراوہ کر لو۔ تم اپنے مقصد میں ضرور کامیاب ہو گے اور اپنی منزل پر ضرور پہنچو

میں نے کارؤ پر جو الفاظ لکھ کر أے دیے تھے أن كى طرف اثاره كرتے

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزے کریں: www.iqbalkalmati.blogspot.com

ایک وقع اٹلاٹا کے ہوائی اڑے پر جھے ایک پرانا دوست مل گیا۔ ہم لاؤنخ میں میٹے کر پرانی یادیں تازہ کرنے گئے۔ میرا یہ ودست ایک ادارے میں برنس ایگزیکٹو تھا۔ اُس نے جھے ہے بوچھا کہ شبت سوچ ہے لوگ کیے کامیابی حاصل کرتے ہیں۔ میں نے سنا ہے کہ تم لوگوں کو کارڈ پر کچھ الفاظ لکھ کر ویتے ہو جن کی مدد ہے وہ این سوچ کو شبت بنا کر کامیابی حاصل کرتے ہیں۔

میں نے این دوست سے کہا کہ جب کوئی شخص کی کام کو اچھی طرح کرنے میں ناکام ہو جائے تو اُسے کام نہیں بدلنا جا ہے بلکہ اینے آپ میں تبدیلی لانی جائے۔ لیکن جب کوئی شخص کئ بار شبت کوششیں کرنے کے باد جود کی کام کو اچھی طرح کرنے میں ناکام ہو جائے تو پھر اُس کو اپنا کام تبدیل کر دینا جا ہے۔

جو شخص این آپ کو تبدیل کر لے، دہ ہر چیز کو تبدیل کر سکتا ہے کیونکہ ذاتی کے ساتھ آدی کا سب کچھ بدل جاتا ہے۔ یہاں تک کہ اُس کے حالات بھی بدل جاتے ہیں۔ بدل جاتے ہیں۔

ایک مرتبہ ایک نوجوان سیز مین نے بھے سے کہا ''میں کیا کروں، میں مثبت سوچ پیدا کرنا جاہتا ہوں لیکن مجھے کامیا بی نہیں ہوتی ''

میں نے اُس سے کہا کہ تم اپنی طازمت جاری رکھو۔ شبت موج پیدا کرنے کے ابھی بہت موقع آئیں گال وو کہ تم بے وقوف اور کے آبھی بہت موقع آئیں گاروریوں کا جائزہ لو۔ اُنہیں ابنے سامنے رکھو اور ایک ایک کر کے اپنی کروریوں کو اپنی طاقت میں بدل دو۔ اِس طرح تم میں شبت موج پیدا ہوگی اور تمہاری شخصیت بالکل بدل جائے گی۔

یہ نوجوان ورامل بے لینی کا شکار تھا۔ میں نے صرف اتا کیا کہ اُس میں

ہے۔ جاتے جاتے اس سلز مین نے جھے یوچھا کہ میرا باس جھے کیے متاثر ہو سکتا ہے؟ میں نے کہا کہ جب تم اپنے آپ کو تبدیل کر لو گے تو تمہارا باس بھی تم ہے متاثر ہونے گے گا۔

ماہر نفیات ولیم جمر کا کہنا ہے کہ جب کوئی شخص شبت موج اپنا لیتا ہے تو اُس کی ذات میں موجود تمام شبت تو تی حرکت میں آ جاتی ہیں اور اُس کے منفی خیالات کو باہر دھیل دیتی ہیں۔ جو لوگ شبت ہونے کا بکا ارادہ کر لیتے ہیں اُن میں ضرور شبت موج پیدا ہونا شردع ہو جاتی ہے۔

مشہور ماہر نفیات جیز ایم بیری کا کہنا ہے کہ یہ ایک اہم ترین موال ہے کہ لوگ کی کام کو کرنے میں آخر ناکام کیوں رہتے ہیں؟ اس موال کا جواب یہ ہے کہ ناکام رہنے والے لوگ وراصل کامیابی حاصل کرنے کے لئے اپنی پوری کوشش نہیں کرتے۔ وہ اپنے اندر ہمت، عزم، ارادے اور حوصلے کو بیدار نہیں کرتے۔ اُن کے دماغ میں پہلے ہی ہے اِس خیال نے ینج گاڑھ رکھے ہوتے ہیں کہ وہ یہ کام نہیں کر کے۔ اس لئے وہ ناکام رہتے ہیں۔

میں نے کامیابی حاصل کرنے والے بہت سے لوگوں کا گہرا مطالعہ کیا ہے اور بری گہرائی میں جا کر اُن کا جائزہ لیا ہے اور اُن کے بارے میں معلومات حاصل کی ہیں۔

یں نے اِن تمام لوگوں میں ایک بات مشترک پائی ہے لینی یہ نوبی اِن سب میں موجود تھی۔ یہ سب لوگ اراوے اور لفین کے معالمے میں بہت کچے تھے۔ اُنہیں ایچی طرح معلوم تھا کہ اُنہوں نے کیا کرنا ہے۔ وہ این منزل کو سامنے رکھ کر

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جیماسوچو۔ویہای بن عادُ کام شروع کرتے تھے۔ اس طرح اُن کی ساری قوتمی ادر ساری توجہ کامالی حاصل كرنے ير مركوز رئتى تھى اور أن كے رائے من آنے والى تمام ركاوليس وور ہو جاتى

ان لوگوں میں سب سے اہم بات بہتھی کہ وہ یقین کامل رکھتے تھے اور اُن ک سوج شبت تھی۔ اُن کا وہاغ برقتم کے شک وشے سے ماک تھا اور انہیں مکمل یقین تھا کہ وہ ضرور کامیابی حاصل کریں گے۔

آرتقر ریبلوف امریکہ میں برایرٹی کا کاردبار کرنے والا ایک بہت ہی مشہور مخض بے۔ یورے امریکہ میں بے شار بڑے بڑے سٹور، عارات اور بلازے اُس کی ملیت میں اور ان بری بری عارتوں برریبلوف کا نام لکھا ہوا ہے۔

آرتر ایک انتائی غریب خاندان میں بیدا ہوا۔ شروع میں اُس نے اخبار یجے کا کام کیا۔ پھر جوتے یالش کئے۔ پھر ایک بحری جہاز پر ملاح کا کام کیا۔

ب معمول کام کرتے ہوئے بھی آرتھ ریبلوف بوے بوے خواب دیکھا رہا اور این خوابوں کو حقیقت کا روپ دینے کے لئے مبلسل جدو جبد کرتا رہا۔ وہ ذین تو تھا بی اُس کی سوچ بھی انتہائی شبت تھی۔ اس شبت سوچ نے اُسے بلند ترین مقام پر

شكاكو ك ايك اور بهت بى كامياب فخف كليمن سنون ك بهى إى فتم ك خيالات تحد وه بحين من اخبار يجا كرتا تما لكن آج كرورون والركى جائداوكا ما لک بے۔ کلیمن نے ایک میگزین میں مفہون لکھا تھا جس میں اُس نے اِس بات پر زور دیا تھا کہ صرف میہ تہیر کر لینا کہ میں فلاں کام کر سکتا ہون، انسان کو کامیانی کی بلندیوں پر لے جا سکا ہے۔

أس نے مزید لکھا كر زيادہ تر لوگ صرف اپني منفى سوچ كى وجد سے كامياني

عاصل نہیں کر سکتے۔ اگر یہ لوگ منفی خیالات سے بجات حاصل کر کے اپنے اندر بیہ

اعماد اور یقین پیدا کر لیل که ده فلال کام کر کے جی تو انہیں برصورت میں کامیابی ماصل ہوگ كونكه ساكي آفاقى سيائى بے كه صحح سوچ سے محمح عمل بيدا ہوتا ہے۔ جو لوگ اچھی نیت، نیک اراوے اور سیح خیالات رکھتے ہیں اور بھر پور اعماد

اور یقین کے ساتھ ملسل کوشش کرتے ہیں خُدا اُن کے لئے ایسے حالات پیدا کر ریا نے جو انہیں کامیابی کی مزل کے لے جاتے ہیں۔

ثبت سوج رکھے والے لوگ کامیابی کے رائے میں آنے والی ہر مشکل کو خکت دیے ہیں۔ انہیں جا ہے کہ وہ اینے مقاصد کے حصول کے لئے مسلسل کوشش كرين، با قاعده منصوبه بندى كرين اور أن كى فيلذ لينى شعبے كے بارے ميں جو كتابي اور لري موجود ب أس كا مطالعه كرير - اس طرح يه تمام بالي أن ك لا شعور می اتر جائیں گی اور مقاصد کے حصول کی منزل خود بخود اُن کے قریب آنے - B &

میں نے ایک مرتبہ این ووست جان کے فارم پر چند ون اُس کے ساتھ گزارے۔ یہ فارم تقریباً ساڑھے جار ہزار ایکڑ کے وسیع رقبے پر پھیلا ہوا تھا۔ اِس فارم کے علاوہ بھی جان کی کئ جائداویں تھیں۔ ہا تگ کا تگ میں اُس کا ایک بہت يزا يلاه تحا-

جان كوئي خانداني رئيس نهيل تھا۔ وہ ايك غريب خاندان ميں پيدا ہوا تھا۔ أس كے باب كے ياس صرف بيس ايكر زمين تھى اور وہ زمين بھى بھر ليے علاقے من تھی۔ جان پیدل سکول جاتا جہاں غربت کی وجہ سے اکثر اوقات اُسے شرمندگی کا مامنا بھی کرنا پڑتا تھا۔ لیکن اب دنیا کے بڑے بڑے لوگوں سے جان کے ذاتی

تعلقات ہں۔

جیاس چو۔ویای بن جاد جان کا کہنا ہے کہ جب وہ اپنے ذاتی ہوائی جہاز میں اپنے ذاتی ایر پورٹ

ے اُڑتا ہے تو اکثر اُسے وہ بیں ایکر پھر یلی زمین دکھائی دین ہے جہاں اُس نے اپنا بھین گرارا تھا اور جہاں اُس کا باپ غربت کے عالم میں اپنے ہاتھوں سے مٹی کھود کر اناج پیدا کرنے کی کوشش کیا کرتا تھا۔

انتهائی غربت کے اِس ماحول میں جان نے کامیابی کیسے حاصل کی۔ یہ وہ معجزہ ہے جس پر یقین نہیں آتا۔

اپی کامیابی کے بارے میں جان کا کہنا ہے کہ اِس کامیابی میں سب سے کہا چیز میری شدید خواہش تھی اور دوسری چیز میرا عزم، ارادہ اور یہ یقین کامل تھا کہ میں کامیابی ضرور حاصل کروں گا۔ جان کا کہنا ہے کہ میں جمیشہ لوگوں سے خوشگوار تعلقات رکھتا ہوں۔ دوست جھے سے محبت کرتے ہیں۔ میرے طازم میری دولت مندی کی دجہ سے تہیں میرے اجھے سلوک کی دجہ سے میرا احرام کرتے ہیں۔ میں بھی اُن کو طازم نہیں بلکہ اپنا دوست ہی تھور کرتا ہوں۔

جان نے مزید بتایا کہ یس نے بھی محل مزاجی کا دامن نہیں جھوڑا اور اپی سوچ کو ہیشہ شبت رکھا ہے۔ میری مخل مزاجی اور شبت سوچ بی میری کامیالی کا راز

کی شخص کو اگر اپی ذاتی زندگی میں کی مقصد کو حاصل کرنا ہو تو اُس کے اندر اِس مقصد کو حاصل کرنا ہو تو اُس کے اندر اِس مقصد کو حاصل کرنے کے لئے زبروست تح یک اور شدید خواہش ہوئی چاہے۔ اس کے ساتھ ساتھ اُسے کا سمالی کا پختہ یقین ہونا چاہیے۔ اس کا ساتھ اُسے کا سمالی کا پختہ یقین ہونا چاہیے۔ اس کا ساتھ اُسے کا سمالی کا پختہ یقین ہونا چاہیے۔ اس کا ساتھ اُسے کا سمالی کا پختہ یقین ہونا چاہیے۔

ابراہم سپیکر میرا دوست بھی ہے اور متہور مقرر اور ماہرِ نفیات بھی۔ اُس نے بھی ہی اُس نے بھی بتایا کہ وہ ایک غریب گرانے میں پیدا ہوا تھا لیکن اُس نے بھی بھی غریت کو

جيا سوچو ويهاى بن جاد ميما

تلم نیس کیا۔ اُس نے کہا ''می نہیں چاہتا تھا کہ غریب رہوں۔ میں نے پکا ارادہ کر لیا کہ میں غربت کو ہر قیت پر فکست دوں گا اور پھر میں نے مثبت سوچ سے جدد جہد کرتے ہوئے غربت کو واقعی فکست دی۔''

امریکہ کا صدر اہراہم نکن بھی غریب خاندان میں پیدا ہوا تھا۔ ایک روز ابراہیم نکن کی ماں نے اُس سے کہا کہ امریکی غربت سے نفرت کرئے ہیں۔ اس لئے جہیں غربت سے نجات حاصل کرنا ہوگی۔ ماں کی اِس بات نے ابراہم نکن پر گہرا اثر کیا اور اُس کے اندر غربت سے نجات حاصل کرنے کی ایک زیردست تحریک

ابراہم لئکن، مختی، جفائش اور شبت سوچ رکھنے والا مخص تھا۔ مال کے الفاظ نے اُس کے الفاظ نے اُس کے الفاظ نے اُس کے اندر ایک نئی توانائی پیدا کر دی تھی جس نے اُس مزید متحرک کیا۔ وہ پختہ یقین کے ساتھ مسلسل کام کرتا رہا اور ایک دن امریکہ کا صدر بن گیا۔ شبت مرحی، مسلسل محنت اور قوت یقین وہ صلاحیتیں ہیں جن کی مدد سے مشکل سے مشکل من کام کیا جا سکتا ہے۔

اولیک چیمین جیسی اووز (Jesse Owens) کا نام بھی اُن عظیم لوگوں فی شامل ہے جنہوں نے شبت سوچ کی مدد سے نا قابلِ فراموش کارنامے سرانجام وکے۔

اگرچہ جیسی اکساری ہے کام لیتے ہوئے اپنے کارناموں کو بہت بڑے کارناموں کو بہت بڑے کارناموں کو بہت بڑے کارناموں کو بہت بڑے کارناموں ایک امریکہ میں کھیلوں کے مصرین اور ماہرین اس بات پر مشق میں کہ امریکی تاریخ میں جیسی سے بڑا کوئی آتھیلیٹ نہیں ہے۔

ایک دفعہ ایک عشاہے میں میری جیسی (Jesse) سے ملاقات اور گفتگو

ہوئی۔

صاسوچه وياي بن جاؤ

جیسی نے جھے بتایا کہ چارلی کے اِن الفاظ نے جھے پر گہرا اثر کیا۔ میرے جم میں بھلی کی ایک لہر دوڑ گئی اور میں نے اُک وقت سے فیصلہ کر لیا کہ جھے زندگی میں کیا بنتا ہے۔ چارلی ہے ہاتھ طانے کے بعد میں دوڑتا ہوا اپنے کوچ کے پاک گیا اور اُس ہے کہا کہ میرا خواب ہے کہ میں بھی چارلی کی طرح بہت بڑا اتھلیٹ بنوں۔ مارا کوچ بہت ہی سمجھ دار تھا۔ اُس نے بچھے چھی وی اور کبا ''ہاں میں تہاری بنوں۔ مارا کوچ بہت ہی سمجھ دار تھا۔ اُس نے بچھے چھی وی اور کبا ''ہاں میں تہاری آنھوں میں اِس خواب کو دیکھ رہا ہوں۔ لیکن اِس خواب کی تعبیر پانے کے لئے تہیں بہت محنت کرنا ہوگی۔ بچھے پکا یقین ہے کہ تم ضرور کا میاب رہو گے۔'' چار باتوں کی طرف خاص توجہ دو۔ لیکن اداوے، توجہ، ڈسپلن اور اپنے رد ہے کو بہتر بنانے کی طرف۔

جیسی (Jesse) کا کہنا ہے کہ میں نے اِس مشورے پر عمل کیا اور بمیشہ محنت کرتا رہا۔

چند سال بعد اولک کھیلوں میں جیسی (Jesse) نے سونے کے چار تمنے چند سال بعد اولک کھیلوں میں جیسی کی شہرت سیل گئی۔ جیتے اور ووڑ کے دو سابقہ ریکارڈ توڑے۔ پورے امریکہ میں جیسی کی شہرت سیل گئی۔ اور اِس طرح بچپن میں اُس نے جوخواب دیکھا تھا اُس کی تعبیر اُسے ٹل گئی۔

جیسی کی اِس کہانی میں میں وہ وی (10) اصول نظر آتے ہیں جن برعمل کر

کے برآ دی کامیانی ماصل کر سکتا ہے۔ اب سے داشتے طور پر طے کریں کہ آپ نے کیا ماصل کرنا ہے۔ لینی آپ کی مزل

۲۔ یہ بات ہمیشہ ذہن میں رکھیں کہ خُدا آپ کی مُدوکر رہا ہے۔ ۳۔ جب آپ کے ذہن میں کوئی منفی خیال آئے تو اِس منفی خیال کو فورا مثبت

خال کی مدو ہے دماغ سے باہر تکال دیں۔

جیسی نے بتایا کہ وہ ایک اختائی غریب سیاہ فام گھرانے میں پیدا ہوا۔ سیاہ فام ہونے کی وجہ سے کوئی اِن کی عزت نہیں کرتا تھا۔ غربت کی وجہ سے ہمیں روئی

لمنا بھی مشکل تھا۔ جیسی کا کہنا تھا کہ گو ہم غریب تھے لیکن ہماری روحیں امیر تھیں۔

جیسی نے بتایا کہ جب میں پیدا ہوا تو عام بچوں کے مقابے میں میرا وزن بہت کم تھا۔ میری ماں اکثر مجھے کہتی کہ میرا بیٹا بہت بڑا آ وی ہے گا۔ لیکن میں کیے بڑا آ وی بنوں گا؟ یہ بات میری سجھ میں بھی نہیں آئی تھی۔ ہم لوگ غریب تھے۔ کوئی ہماری عزت نہیں کرتا تھا۔ زندگی میں آ کے بڑھنے کے لئے ہمارے پاس کوئی سہارا نہیں تھا۔ تو پھر میں کیے بڑا آ دی بن سکتا ہوں؟ یہ وہ سوال تھا جو میں اپنی ماں سے یہ چھتا۔ میری ماں جواب دیتی۔ خدا پر بھروسہ رکھو۔ وہ ضرور حمہیں راہ وکھائے گا اور تمہاری مذد کرے گا۔''

ہارے سکول میں صح کے وقت میدان میں بچوں کی اسمبلی ہوتی تھی۔ ایک روز اُس زمانے کے ایک بڑے اتھلیف چارلی بیڈوک نے بچوں سے خطاب کیا۔ بد مشہور کھلاڑی سکولوں میں جاکر بچوں سے خطاب کیا کرتا تھا اور اپنے کارتامے بیان کرتا تھا تاکہ بچوں میں کھلاڑی اور اتھلیف بننے کا شوق اور جذبہ بیدا ہو۔

جب چارل ہمارے سکول میں اسمبلی کے دوران تقریر کر رہا تھا تو میں اگل صف میں موجود تھا اور اُس کی باتوں کو بڑے غور ہے من رہا تھا۔ چارلی نے بچوں ہے کہا ''بچوں کیا تمہیں بیت ہے کہ آم میں کتی طاقت ہے؟ نہیں تمہیں نہیں بیت کہ آ کتے طاقت در ہو۔ میں تمہیں بتا تا ہوں کہ تم کتے طاقت ور ہو۔ تم میں خُدا نے اپنی روح پچوکی ہے۔ تم اِس دنیا میں بہت بڑے بڑے کام کر علتے ہو۔ بس تمہارے ادادے نیک اور پختہ ہونے چاہیں۔ تم جو چاہوکر سکتے ہو کونکہ خدا خود تمہارا مدکارے'' جياسو چو۔ ديسائل بن جادُ

5:-

## جاند کی طرف بردھو۔ ستاروں کو ضرور چھو لو کے

عاند کی طرف پرواز کرو۔ اگر تم جاند تک ند بیخ سے تو ستاروں کو تو ضرور چو لو گے۔ یہ لیس براؤن کے الفاظ میں جو ایک ذمین سیاست دان اور بہت اچھا مقرر تھا۔ اُس کے الفاظ کا مفہوم یہ ہے کہ آدی کی منزل بلند ترین ہونی جاہے تا کہ اُس کی زندگی کا سفر بلندی کی طرف ہو۔

اگر کھی آپ بہ محسوس کریں کہ آپ کی کارکردگی اچھی فابث نہیں ہو رہی۔ تو پر اس بات کا مائزہ لیں کہ آپ کے کام کرنے میں کہاں فرائی ہے۔ اس فرائی کو ددر كرك آب اين كاركرد كى كوبهر بنا كحتين الرآب ايك كام كرنا جات ين تر آپ کے اندر اس کام کوکرنے کا یکا ارادہ مونا جاہے۔ اس کام کے بارے میں آپ کے خیالات شبت ہونے جائیں۔ خیالات انسان کی کارکردگ پر بہت گہرا اثر والح میں فیالات میں بہت طاقت ہوتی ہے۔

(اگر بم خوشی کے خالات رکھتے ہیں تو ہم خوش رہیں گے۔ اگر پریشانی کے خالات پر توجہ وی گے تو پریٹان ادر عملین رہیں گے۔ خوف کے خیالات پر توجہ دیں کے تو خوف زدہ رہن گے۔ اگر پیاری کا سوچیں کے تو بیار ہو جا کیں گے اور اگر ناکائ کے خیالات کے لئے اسنے زہن کا دردازہ کھلا رکھیں کے تو ناکام رہیں گ۔ مارے خیالات ماری جسمانی قوتوں کو نا قابلِ یقین صد تک برها کے میں اور أنبين كم بھى كر كے بين- مارے خيالات من بلاكى قوت ب اور يہ بات علم نفیات نے ثابت کر دی ہے .... وقارعزیز) جيماسوچو وياي بن جاؤ

- ٣- اپ ذائن ميں يہ يقين پيدا كريں كه آپ ہرمشكل كو دُور كر كتے ہيں۔
- ۵۔ اپ ذہن سے برقم کے احمام محتری کو فکال کر اینے لقین کو مضبوط بنا کیں۔
  - ٢- ايخ آب براعماد اور يقين رکھيں۔
  - 4- رومرول کے ساتھ ہمیشہ دوستانہ سلوک کریں۔
    - ٨- بميشه كه نه بكه ضرور يزه على المحت رين-
- 9- مضوط اراد، توجه وسلن اور اين ردي كوبهر بنان كا سلسله بميشه جارى رهس-
- ا۔ یہ بات اپن ذہن میں اچھی طرح بھا لیں کہ آپ مشکل سے مشکل کام بھی ر کے ہیں۔

### باب: 4 كى اہم ترين باتيں

- میں کام کی شدید خواہش اور می لگن ایک قیمتی چیز ہے جو آ دی کو ضرور منزل
- ٢- جو مخض اين آپ كو تبديل كر لے، وہ بر چيز كو تبديل كر سكا نے كونكه ذبنى تبدیلی کے ساتھ آدی کا سب کچھ بدل جاتا ہے۔ یہاں تک کہ اُس کے طالات بھی بدل جاتے ہیں۔
- ٣- اوگ كى كام كوكرنے ميں اس لئے تاكام موتے ميں كدأن كے دماغ ميں بہلے ى سے إس خيال نے بنج گاڑھ رکھے ہوتے ہيں كہ وہ يہ كام نہيں كر كتے۔
- ۳- جب کولُ شخص شبت سوچ اپنالیتا نے تو اُس کی ذات میں موجوو تمام شبت قو تیں حركت من آ جاتى مين اور ناكاى كے منفی خيالات كو باہر وكليل ويتى مين -
- ۵۔ کامیابی کا یقین کامیابی ولاتا ہے۔ صرف یہ تہیر کر لینا کہ میں فلاں کام کر سکتا

مول، کامیابی کی سب سے بردی ضانت ہے۔

جياسوچو۔ويياى بن جادَ

ناكام فخص مول-

میں نے اُس سے پوچھا کہ کیا تم بہت زیادہ پیے کمانا جاہے ہو؟ اُس نے ۔ کہا کہ ہاں ش کی جابتا ہوں۔

یں نے اُس سے کہا کہ تم نے بچھے اپنی ناکائی کی بہت می وجوہات بتائی میں۔ جن سے ظاہر ہوتا ہے کہ تم خود کو ایک معقول آ دی نہیں بچھتے۔ آخر تم اپنے آپ کو نکا کوں بچھتے ہو اور اپنے مقالے میں اپنے بھائی کو کامیاب آ دمی کیوں شار کرتے ہو۔

یں نے اُس سجھایا کہ تہمیں اپ بھائی پر فر کرنا جاہے اور اُسے اپنا بازو سجھنا چاہے۔ اِس طرح تم میں زیادہ اعماد پیدا ہوگا۔ میں دراصل اِس نیتج پر پہنچا تھا کہ بید مخص اپنے بھائی کی ترتی کی وجہ سے اپنے آپ کو کمتر بچھنے لگا ہے۔

اِس فحض نے اپ د ماغ میں اپنی تاکائی کا تصور بھا لیا تھا اور اُس کے بھائی کا کامیابی نے اُس کے بھائی کا کامیابی نے اُس کے اِن مفی خیالات کو مزید تقویت دی تھی۔ تاہم اُس فحض کے ذہن میں امید کی ایک کرن باتی تھی۔ اُس کا خیال تھا کہ اگر کوئی اُس کی مدد کرے تو دہ کامیاب ہو سکتا ہے۔

یں نے اِس مخص کو کچھ ہدایات دیں اور اُس سے کہا کہ پہلے مرطے میں تہیں اپنے بھائی کے متعلق اپنا ردیہ تبدیل کرنا ہے اور بھائی سے حمد کوختم کرنا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ تہمیں اپنے بھائی کی ملازمت ادر اُس کی آمدنی کے ساتھ موازنہ ختم کرنا ہے۔

مرا مقصد یہ تھا کہ اِس آ دی کے دماغ سے منفی خیالات لکالے جاکیں اور اُن کی جگھ شبت خیالات ڈالے جاکیں۔ میں نے ایک کاغذ پر اُس کی مخصیت، ذہانت، تجربے اور تابلیت کے بارے میں ساری تفصیل کھی۔ اِس طرح میں نے

58 اس لئے ضروری ہے کہ ہم سب سے پہلے منفی خیالات سے نجات حاصل کرنے کی طرف توجہ دیں۔ منفی خیالات انسان پر ڈر اور خوف مسلط کر دیتے ہیں۔ جب کہ شبت خیالات ڈر ادر خوف پر قابو حاصل کرنے میں مدد دیتے ہیں۔

ب سرب و کریب خوف طاری کر مال کا ایک جیب و غریب خوف طاری کر ویا تھا۔ اُس کا خیال تھا کہ ہم ویا تھا۔ اُس کا خیال تھا کہ ہم طرف مجھر ہی مجھر ہیں۔ یہ مجھر اُسے ہلاک کر دیں گے۔

یے خص مجھے ملنے اُس ہوٹل میں آیا جہاں میں تھبرا ہوا تھا۔ اُس نے مبرک کوئی کتاب پڑھی تھی اور اُسے امید تھی کہ میں اُس کی مدد کرسکوں گا۔

اُس نے مجھے بتایا کہ اُس کا سب سے بڑا مسلہ یہ ہے کہ اُس کا ایک بھ کائی میں داخلہ لینا چاہتا ہے اور باتی بچے بھی کالج میں جانے والے ہیں۔ لیس اپنے مالی بجران کی جدے اُس کی مجھ میں نہیں آ رہا کہ وہ کیا کرے۔

اُس نے مجھے یہ بھی بتایا کہ اُس کا ایک بھائی ہے جو ایک بڑی سمینی میں ا<sup>اگا</sup> عہدے پر بہنج گیا ہے۔ میں نے اُس سے بوچھا کہ کیا تم اپنے بھائی کی کامیا<sup>بی اال</sup> ترتی کی وجہ سے تو پریشان نہیں۔ اُس نے کہا کہ نہیں ایا نہیں بلکہ میں خود ا<sup>کہا</sup>

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

بدار کر دیا اور اس طرح حالات اُس کے حق میں بہتر ہونے گھے۔

یہ ایک ایسا قانونِ فطرت ہے کہ جس نے بھی اِس پرعمل کیا وہ ضرور کامیاب ہوا۔ میں نے کی لوگوں پر اِسے آزمایا اور وہ سب کامیاب رہے۔

اِس قانونِ فطرت کو مختم رئین لفظوں میں یوں بیان کیا جا سکتا ہے۔ "جب کوئی شخص اینے خیالات کو مثبت بنا لے تو اُس کی تمام ضرور تیں یوری ہونے لگتی بیں۔" ایبا کیوں ہوتا ہے؟ اس کا ایک روحانی ہیں منظر ہے۔ خُدا رزاق ہے اور اُس نے این تمام کلوق کو رزق دینے کا وعدہ کیا ہے۔ اس لئے جو بھی اُس پر اُس نے ایکن ابن کے ایکان، مجروسہ اور یقین رکھے گا۔ اُس کی ہر جائز ضرورت پوری ہوگی۔ لیکن ابن کے ایکان، مجروسہ اور یقین رکھے گا۔ اُس کی ہر جائز ضرورت پوری ہوگی۔ لیکن ابن کے لئے اُسے کے کہ مسلس کوشش کرتا رہے۔

الکر سیموئل جانس کا کہنا ہے کہ جو آ دی شبت سوچ رکھتا ہے وہ ایک برار باوٹر میں بہترین زندگی گزار سکتا ہے۔ اس کے برتکس جو مخص منفی سوچ رکھتا ہے وہ کئی برار باؤٹر میں بھی پریشانی کی زندگی بسر کرتا ہے۔ کیونکہ منفی سوچ ذہن کو شک و شبات اور زندگی کو تلخیوں اور مشکلات ہے بھر ویتی ہے۔ لیکن جو لوگ شبت سوچ کے بین اُن میں ایمان ویقین کی ایک قوت پیدا ہوتی ہے جو اُن کو مشکلات اور کیشانیوں ہے محفوظ رکھتی ہے۔ اگر ہم اپنے ذہن میں شبت سوچ پیدا کریں اور بیشانیوں سے محفوظ رکھتی ہے۔ اگر ہم اپنے ذہن میں شبت سوچ پیدا کریں اور بیشت خیالات کو فروغ دیں تو اِس کے بہت ہی خوشگوار شائج برآ کہ ہوں گے۔

ہر گئے اینے کام کائ پر روانہ ہونے سے پہلے ذہن میں یہ تصور کریں کہ آج کا دن بہت اچھا گزرے گا۔ حالات میرے تق میں رہیں گے اور میرے لئے ترقی اور آگے بڑھنے کے نئے رائے کھلیں گے۔ ایسے سوچنے سے آپ کے ذہن میں ایران اور یقین کی برقی رو ابجرے گی اور یہ طاقت ور کرنٹ آپ کے پورے جم میں جم خود اعتادی میں جائے گا۔ آپ میں روحانی طاقت بیدا ہوگا۔ آپ کی شخصیت خود اعتادی

6 جياسوچو۔ويابي بن جاد

أس كا حوصلم برهايا۔ اور أے جو كھ كرنا تھا وہ ايك كارڈ پر لكھ كر أے ويا۔

یں نے اُس میں سے احمال پیدا کر دیا کہ وہ بہت کھے ہے اور اُسے اپنی خویوں اور ملاحیوں کو بہچانا چاہے۔ اُسے روحانی طور پر اپنے آپ کو بیدار کرنا چاہے۔ روحانی بیداری سے آ دی کی صلاحیتیں بھی بیدار ہو جاتی ہیں۔

اندر است میری بدایات اور مشوروں پر عمل کیا اور آہتہ آہتہ اُس کے اندر خوشگوار تبدیلی آنے گئی۔

سب سے پہلے اُس نے اپنے بھائی کے ساتھ تعلقات کو خوشگوار بنایا اور اُس کے ساتھ حدد کو اپنے وماغ سے نکالا۔ اِس سے اُس کی زندگی پر شبت اثر پڑا۔ اُس نے بھائی کے ساتھ خلوص اور ہدروی کے جذبات وابسۃ کئے۔ ظاہر ہے کہ جہاں بھی خلوص، ہدروی اور ویانتداری ہو وہاں نتائج بھی بہت ہی ایجھے برآ مد ہوتے ہیں۔

اِس فحض کا اصل مسئلہ تو اپنے بچوں کو کائی بھیجتا تھا۔ میں نے اُسے کہا کہ تم یہ تصور کروں کہ تمہارا بیٹا کائی میں واغل ہوگیا ہے، اُس کی فیسوں اور اخراجات کا بھی بندوبت ہوگیا ہے اور اب وہ اپنی تعلیم کمل کر رہا ہے۔ ای طرح ہر پنچ کے بارے میں یکی تصور اپنے ذہن میں لاؤ اور اِی طرح سوچو۔ تم دیکھو گے کہ وقت آنے پر تمہارا ہر بچہ کائی میں تعلیم عاصل کرے گا۔ کئی برموں کے بعد وہ فخص بجھے دوبارہ طاتو اُس نے بتایا کہ میرے تجویز کئے ہوئے طریقے اور اصولوں پر عمل کر نے دوبارہ طاتو اُس نے بتایا کہ میرے تجویز کے ہوئے طریقے اور اصولوں پر عمل کر نے دوبارہ طاتو اُس نے بتایا کہ میرے تجویز کے ہوئے طریقے اور اصولوں پر عمل کر لی اور وہ معاشی مشکلات سے بھی نگل آ یا۔

الیا اِس لئے ہواکہ میرے بتائے ہوئے شبت اصولوں پر عمل کر کے اُس فض نے اپنی موج کو شبت بنا لیا۔ یقین اور اعتباد کی قوت نے اُس کی روح کو

مزید کتب پڑھنے کے گئے آج ہی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جياسوچه وياي بن جادّ

### ندگ میں بیشہ اچھی اور خوشگوار باتی کریں۔ اچھی اور خوشگوار باتیں سیں۔ بیشہ خوشخری کے منتظر رہیں اور دوسروں کو بھی اچھی خبر سائیں۔

ماحول کو خوشگوار بنائیں۔ جہاں کام کرتے ہوں دہاں چھولوں کا ایک گلدت
رکھ دیں۔ اگر کی کارخانے یا فیکٹری کے احافے میں چھولوں کی کیاریاں ہوں تو کام
کرنے دالوں پر اچھا اثر پڑتا ہے اور اُن کی کارکردگی بڑھتی ہے۔ ماحول میں ایک
چھوٹی می خوشگوار تبدیلی کام کرنے دالوں پر بہت ہی مثبت اثرات مرتب کرتی ہے۔
میں نے ایک مرحبہ ایک تقریب میں تقریر ختم کی تو ایک شکتہ حال آدی
میرے پاس آیا۔ اُس کی عرقمی سال کے قریب ہوگی۔ اُس نے بھے ہا کہ دہ
انجائی مایوں کن صورت حال کا شکار ہے اور پریشانیوں نے اُسے گھیر رکھا ہے۔ میں
آئے کی احد بریشانیوں نے اُسے گھیر رکھا ہے۔ میں
آئے کی احد بریشانیوں کے میں اپنے حالات کو کیے بہتر بناؤں۔ آپ میری

ر اسل کو میں نے اس شخص سے کہا کہ میں برگز کمی کی آخری امید نہیں ہو کیا۔ کیا۔ (انسان کی مدد کرنے والاعظیم اور برز فدا موجود ہے۔ آدی کو اُسی سے امید رکھنی چاہے اور اُسی بر بحروسہ کرنا جاہے۔)

میں نے چند لیجے اُس نوجوان سے إدهر اُدهر کی باتیں کر کے اُس کی مایوی کو خم نے کر کے اُس کی مایوی کو خم نے کر کے اُس کی مایوی کو خم نے کر کے کر کے اُس دوران میں نے اُس کی شخصیت کا جائزہ لیا۔ میں نے اُس کی شخصیت کا جائزہ لیا۔ میں دیکھا کہ اُس کا قد چھانے ہے جمی کچھ زیادہ ہی ہوگا۔

اچا کم میں نے اُس نوجوان سے کہا کہ تم میری کچھ دو کرو۔ اُس نے بوچھا کہ میں کہ میری کچھ دو کرو۔ اُس نے بوچھا کہ میں آپ کی کیا دو کر سکتا ہوں۔ میں نے اُس سے کہا کہ تم سیدھے گھڑے ہو میں نے جاؤ۔ بالکل سیدھے۔ پھر میں اُس کے ساتھ کندھا طاکر کھڑا ہو گیا۔ پھر میں نے جاؤ۔ بالکل سیدھے۔ پھر میں اُس کے ساتھ کندھا طاکر کھڑا ہو گیا۔ پھر میں اُس کے ساتھ کندھا طاکر کھڑا ہو گیا۔ پھر میں اُس کے کہا دیکھو تمہارا قد جھے کتا زیادہ لمبا ہے۔ خدا نے تمہاری طرف خاص

62 - جیاری بن باذ ے بجر جائے گی۔ خُداکی رحت کی بارش آپ پر برے گی اور پھر آپ کے لئے سے پچے بہتر ہوتا چلا جائے گا۔

چاراز فلمر کا کہنا ہے کہ الفاظ میں بہت طاقت ہوتی ہے۔ مثبت الفاظ ذہن کو طاقت ور بناتے ہیں لیکن منفی الفاظ اس سے الٹ کام کرتے ہیں۔ منفی الفاظ ذہن اور شخصیت کو کمزور بنا دیتے ہیں۔

الله تعالى نے انسان كے زئن ميں يہ صلاحت ركھى ہے كہ أس ميں ہر وقت الله تعالى نے انسان كے زئن ميں يہ صلاحت ركھى ہے كہ أس ميں ہر وقت عنے تع آئيڈياز تخليق ہوتے رجے ہیں۔ اگر آپ كا ذہن شبت ہو گا تو الله تاك ذہن منفى ہے تو پھر پيدا ہونے والے آئيڈياز بھى شبت ہوں گے۔ليكن اگر آپ كا ذہن منفى ہے تو پھر ایس ميں مايوى، ناكا كى، تابى، بربادى اور فكست بى كے خيالات گروش كرتے رئيں اس ميں مايوى، ناكا كى، تابى، بربادى اور فكست بى كے خيالات گروش كرتے رئيں

ے۔
اس لئے اپنا یہ وستور بنا لیس کے کہ مجمی بھی بایدی یا فکست کی باتیں نے

کریں۔ الی منفی گفتگو انسانی ذہن کے لئے بہت ہی خطرناک ہوتی ہے۔ اِس کے

بیکس فتح، کامیا بی اور کامرانی کے واقعات کو یاد کریں اور اِن خوشگوار واقعات کو

دہرائیں تاکہ آپ کے ذہن میں شبت خیالات پیدا ہوں۔

دہرا یں ماہ ہے ہیں کہ میں غریب ہوں تو غربت کا یہ ذکر آپ کے منی ذہن جب جب آپ کہتے ہیں کہ میں غریب ہوں تو غربت کا یہ ذکر آپ کے منی ذہن کی عکای کرتا ہے۔ باس کا مطلب ہے کہ آپ بر میدان میں ناکام رہیں گے اور آپ بر میدان میں ناکام رہیں گے اور ناکای آپ کا مقدر بن جائے گا۔

منفی خیالات آپ کے ذہن میں انتظار پیدا کریں گے۔ ہر چیز منتشر ہو جائے گی۔ زندگی کا ڈیلن تاہ ہو جائے گا۔ اس لئے منفی خیالات اور منفی گفتگو سے

ميشه دُور رين-



جام ع دياى بن جاد

باب: 5 كى اہم ترين باتيں

ا۔ آدی کی مزل بلند ترین ہونی چاہیے تاکہ اُس کی زندگی کا سفر بلندی کی طرف

ا۔ خیالات اندان کی کارکردگی پر بہت گہرا اثر ڈالتے ہیں۔ صحت کا سوچیں گے تو صحت مند رہیں گے۔ کامیابی کا صحت مند رہیں گے۔ کامیابی کا سوچیں گے تو بیار پڑ جا کیں گے۔ کامیابی کا سوچیں گے تو ناکام رہیں گے۔ جو ہمارے ذہن جس ہوگا اُس کا ہمیں سامنا کرنا پڑے گا۔

۔ دن کا آغاز بیشہ اِس خیال ہے کریں کہ آج کا دن بہت اچھا اور مبارک ہو گا۔ آپ پر خدا کی رحمت برے گی اور سب کھے بہتر ہوتا چلا جائے گا۔

الفاظ میں بہت طاقت ہوتی ہے۔ شبت الفاظ ذہن کو طاقت در بناتے ہیں اور منفی الفاظ ذہن اور شخصیت کو کرور کر دیتے ہیں۔ اِس لئے کبھی مایوی اور گلست کی باتین نہ کریں۔ ہیشہ فتح، کامیابی اور کامرانی کا ذکر کریں۔منفی خیالات اورمنفی گفتگو ہے ہمیشہ ودر رہیں۔

64 جيانوچر وياي بن جاؤ

توجه دى ہے۔ تهميں خوبصورت، صحت مند ادر قد آدر بنايا ہے۔

دہ جھے ملل حرانی سے دیکھ رہا تھا۔ میں نے اُس سے پوچھا کیا تمہیں پہلے سے بہتر نیس محول ہورہا؟

اُس نے کہا۔ ہاں میں خود کو پہلے ہے بہتر محسوں کر رہا ہوں۔ میں نے اُس علی کرنے ہوں۔ میں نے اُس علی کرنے کے لئے ایک فارمولا دیا۔ فارمولا یہ تھا کہ تم دن میں کی بار بالکل سیدھے کھڑے ہوکر اپنے آپ کو دیکھا کرو اور یہ محسوں کیا کرو کہ تمہارے سر پر ایک تاج رکھا ہوا ہے اور تم ایک اعلیٰ اور شاہانہ شخصیت کے مالک ہو۔ خُدا نے تم کو بہت می صلاحیت بھی بہت می صلاحیت بھی بہت می صلاحیت بھی ہے۔ اِس کے بعد اپنے دماغ میں خود اعتادی اور فتح مندی کے شبت خیالات کو انجادو اور تمام منتی خیالات کو این دماغ میں خود اعتادی اور فتح مندی کے شبت خیالات کو این دماغ میں جور اعتادی اور فتح مندی کے شبت خیالات کو این دماغ میں جور اعتادی اور فتح مندی کے شبت خیالات کو این دار یقین پیدا کرو۔

ای نوجوان نے مرے تجویز کئے ہوئے ای فارمولے پر کمل طور پر عمل کیا۔ اُس نے اپ آپ کو پوری طرح بدل لیا۔ اب دہ یقیناً ایک کامیاب آدی

میں اینے پڑھے دالوں کے لئے ایک مرتبہ پھر اِن الفاظ کو دہراؤں گا۔
''چاند کی طرف پرداز کرو۔ اگرتم چاند تک نہ بھنے کے تو ستاروں کو تو ضردر بھولو گے۔''





مزید کتب پڑھنے کے لئے آج بی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جياسوچو-ويابي بن جاد

باب: 6

# آج کا دن خاص دن ہے۔ اِس سے فائدہ اُٹھا تیں

جو لوگ شبت خیالات رکھتے ہیں وہ ہر دن کی اہمت کو بھتے ہیں۔ اُن کی زندگی میں جو ''آج'' کا دن ہے اُس کا کوئی متبادل نہیں۔ آج کے دن آپ کے پاس بہت سے مواقع ہیں۔ آج کے دن جو کچھ کیا جا سکتا ہے اُسے آج بی کے دن کرنا چاہے۔ آج آب صحت مند اور خوش ہیں۔ آپ کے اندر مجر پور جذبہ ہے۔ آج آپ کی تُح وکامرانی کا دن ہے۔

ذرا غور کیجے آج کا دن طوع ہی آپ کے لئے ہوا ہے۔ جو مزل آپ نے اپنے لئے متعین کی ہے اور جو بدف مقرر کیا ہے آپ دہ عاصل کر کے رہیں

آئ بہت کھ کرنے کا دن ہے۔ آئ آپ جو کھ کر سے ہیں ٹاید اس کا موقع پھر ساآئ۔ آئ کا دن کوشش، محت اور جبو کا دن ہے۔ آئ آپ کی زندگی کا ایک بہت می انم دن ہے۔

وقت کے افق سے ہر روز ایک نی صبح طلوع ہوتی ہے۔ ایک نے دن کا آغاز ہوتا ہے۔ ہر دن زندگی کا ایک ایک ایک ایک اور ان کو ضائع کر دیں گے آپ کی مطلب ہے کہ آپ نے زندگی کا ایک جمتی دن ضائع کر دیا۔ آج کا دن اپنے دائن میں آپ کے لئے شاغدار کامیابیاں لے کر آیا ہے۔

آپ جب سے نید سے بیدار ہوں تو اِن الفاظ کو دو ہرائیں۔ خود سے کہیں کہ آج میں کہ کے میں کہ اِن جھ میں جمر پور طاقت اور صلاحت ہے۔ آج کا دن بہت ہی شاندار ہوگا۔ آج

جياء چه وياي ين جادَ

یھے محوں ہورہا ہے کہ پہلے کے مقابلے میں جھ میں زیادہ صلاحت اور توانائی ہے۔

یہ سب وہ منت خیالات ہیں جو صح بیدار ہونے کے بعد آپ کے ذہمن میں

ہونے چاہیں اور انہیں شبت خیالات کے ساتھ آپ کو اپنی فیلی کے ساتھ ناشتے کی

بر پر بیٹھنا چاہے۔ ناشتے کے دوران اپنے اہل خاندان سے بات چیت کرتے

ہوئے کیس کہ آج کا دن بہت ہی اچھا ہے۔ پھر آپ دیکھیں سے کہ آج کا دن

واتی بہت اچھا گزرا ہے۔

وقت آپ کی زندگی میں سب سے قیمی چز ہے۔ اِس کے ہر لیے کو مثبت طور پر استعال کریں۔ اگر آپ نے وقت کی قدر کی اور ہر لیے سے بھر پور فائدہ اٹھایا تو آپ کی زندگی میں کوئی مشکل اور رکاوٹ نہیں آئے گی۔

مردیوں کی ایک برفیل رات تھی۔ میدان کارزار میں ایک فوجی فینک کے نچ بیٹا مردی سے تفخری ہوئی انگلیوں کے ساتھ ٹین کے ڈب سے شنڈے مشرول کے دانے نکال کر کھا رہا تھا۔

ایک سیحانی نے اِس فوجی کو دیکھا اور اُس کے پاس چلا گیا۔ اُس سے بوچھا کہ اِس جانی ہوں۔ اُس سے خور کیا کہ اِس جنگ نے تہمیں کیا دیا ہے؟ فوجی نے اِس فلسفیانہ سوال پر چند لمح خور کیا اور پھر جواب دیا۔ "میں تو صرف آج کے بارے میں جانی ہوں۔ جو پچھے جھے دیا ہوں۔ اور پھر جواب دیا۔ "

فوتی کے اِس جواب سے ہمیں آج کے دن کی اہمیت کا پتا چلا ہے اور سے
احماس ہوتا ہے کہ سخت ترین حالات میں بھی روشیٰ کی کوئی نہ کوئی کرن ضرور موجود
ہوتی ہے۔ ہوسکتا ہے کہ آج ہمارے راتے میں کچھ مشکلات ہول لیکن شبت سوج
رکھنے والے لوگ مشکلات، پر تابو پا کر اپنی منزل پر ضرور پہنچ جاتے ہیں اور پھر منزل
پر پہنچ کر جو مرت اور اطمینان حاصل ہوتا ہے اُسے شبت سوچ رکھنے والے لوگ ہی

مزید کتب پڑھنے کے گئے آج بی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جيام چي دياي بن خادَ

1۔ جب ایک دروازہ بند ہوتا ہے تو آپ کے لئے دوسرا دردازہ کھل جاتا ہے۔ اجھے اور نیک نیت دوستوں اور ساتھیوں کی مدد کی جائے۔

٣۔ ايمان اور مكمل يقين كے ساتھ خُدا سے دعا كى جائے۔

1965ء میں این نام کی ایک خاتون ہیتال میں داخل تھی۔ دہ تیدتی کی المید بہت ہی کم تھی۔

انی کا کہنا ہے کہ میں مالیدی کی حالت میں بہتال کے بستر پر لیٹی جیت کو گورتی رہتی۔ پھر ایک دن میں نے یہ فیصلہ کیا کہ میں مرنے کی بجائے زندہ رہوں گا۔ میں نے مالیدی کو یرے دھیل دیا۔

میں بھین بی سے ڈرلیں ڈیزائٹر بنے کا خواب دیکھا کرتی تھی۔ کین اس اللہ کا خواب دیکھا کرتی تھی۔ کین اس اللہ کاری نے فدا سے خدا سے خدا سے خدا سے خدا میری مدو فرما تا کہ میں اس بیاری سے نجات حاصل کر سکوں۔ دعا کے بعد میں نے بہت بی سکون محسوں کیا اور گہری نیند سو گئی۔ اِس کے بعد ہر روز میں این تبدیلی محسوں کرنے گئی۔ میں بار بار ای دعا کو دہراتی اور بھی این جم میں ایک نئی تبدیلی محسوں کرنے گئی۔ میں بار بار ای دعا کو دہراتی اور بھی این جم میں ایک نئی طاقت محسوں ہوتی۔

میں نے ہپتال کا برتر چھوڑ دیا اور سلائی سکھانے والے ایک سکول میں دار داخلہ لے لیا۔ ایک روز سکول میں ایک مشکل مسئلہ درچیش تھا۔ لینی مونے جال دار کیڑے کو کیے سلائی کیا جائے۔ میں نے یہ کام اپنے ذمہ لے لیا۔ یہ ایک مشکل کام تھا جے کرنے میں ہرکوئی ناکام رہا تھا۔ تاہم میں نے بڑی محنت سے ایک ایسا نیا طریقہ دریافت کر لیا جس سے جالی دار کپڑے میں ایک نے انداز سے سلائی کی جا سکی تھی۔ یہ نیا طریقہ میری ایجادتھی۔ یہ ایک ایسا انوکھا طریقہ تھا جس سے سب

جياسوچو درياى بن جاز

مجھ کتے ہیں۔ یہ وہ خوتی ہوتی ہے جو ہر کامیابی کے بعد آ دی کو حاصل ہوتی ہے۔

زندگی سے محبت کرنا، ہر دن کو مبارک ادر اس کے ہر لمجے کو اہم سجھنا۔

دومردل سے محبت کرنا اور اِن کے متحلق اچھا سوچنا۔ یہ سب دہ شبت جذبات ہیں
جوخود آپ کو بھی اطمینان اور مبرت عطا کرتے ہیں۔

شبت جذبات اور خیالات سے آپ ہر روز بڑے ہوئے کاموں کو درست کر کے ہیں اور ہر فکست کو فتح میں بدلنے کے کئے آپ کو گئے میں بدلنے کے لئے آپ کو کچھ شکلات کا سامنا کرنا پڑے گا۔ شبت خیالات کی مدد سے آپ یقینا ابن مشکلات پر بھی تابو حاصل کر لیں گے۔

ویت نام کی جنگ میں کیٹن میکس شدید رخی ہونے کے بعد جسمانی طور پر مفلون ہو گیا تھا لیکن اُس نے وَبُنی طور پر اِس معذوری کو قبول نہ کیا۔ امریکہ واپس بیخ کر دہ دو مرتبہ بینی مختب ہوا۔ گھر وہ جارجیا کا گورز بنا۔

میس جب گورز تھا تو اُس کی کار کا ایمیڈنٹ ہو گیا جس سے اُس کی معذوری میں مزید اضافہ ہو گیا۔ لین اُس نے پھر بھی فکست تنگیم نیس کی۔ اِس کے بعد وہ امریکہ کا سیکرٹری آف شیٹ بنا۔

میس بہت بی مثبت خیالات اور یقین کامل رکھنے والا شخص تھا۔ مثبت سوچ اور یقین کامل کی وجہ سے بی اُس کی معذوری بھی اُس کی راہ میں حاکل نہ ہو گی۔ وہ بہت بی خوش مزاج اور خوش باش تھا۔

میکس نے جن اصولوں پر عمل کر کے فکست کو فتح میں بدل دیا اُن کی تفصیل

ہ ہے ہے۔ اس مقصد کے اس کا عل تلاش کیا جائے۔ اس مقصد کے نے تمام وہ فی مطابعیتوں کو استعمال کیا جائے اور غلوم ول سے محت کی

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

مياسوچه وياي بن جاد ميان الماري المار

حاصل ہوئی ہے۔

اپ آپ کو جانے کی کوشش کریں۔ اپنی صلاحیتوں کو پہچانیں اور سوچیں کہ آپ کیا بچھ کر سکتے ہیں۔ آپ میں ہرتم کی صلاحیت موجود ہے۔ جب یہ احساس آپ کے اندر پیدا ہوگا تو آپ ضرور اپنے آپ سے کہیں گے کہ ''آج کا دن میرا دن ہے۔'

ایک مرتبہ میں اپنے ایک دوست کے ساتھ گاڑی میں ایک جگہ تقریر کرنے کے لئے جا رہا تھا۔ رائے میں ایک زرعی فارم تھا۔ میرے دوست نے بتایا کہ اس فارم میں ایک عجیب واقعہ ہوا۔ یہاں ایک ایسا مخص رہتا تھا جو بے انتہا غریب تھا۔ ایک دن وہ شخص فاقوں سے مرگیا۔

انہیں دنوں حکومت نے ایک سڑک کی تعمیر شروع کی جو اِس زرگی فارم میں سے گزرنی تھی۔ جب مزدور زمین کی کھدائی کر رہے تھے تو انہیں زمین میں دفن کے ہوئے گئی دودھ کے کین ملے جو ڈالروں سے بھرتے ہوئے تھے۔ یہ رقم دو لاکھ ڈالر سے بھرتے ہوئے تھے۔ یہ رقم دو لاکھ ڈالر سے بھی زیادہ تھی۔

معلوم ہوا کہ اِس زرعی فارم کے مالک کے پاس بہت سے مولی تھے۔ اُس نے یہ تمام مولیتی فروخت کر دیئے اور حاصل ہونے والی بہت بردی رقم کینوں میں محرکر زمین میں ونن کر دی۔ ذرا سوچیں کہ وہ کس قدر کے وقوف آ دی تھا۔ اپنے پاس رقم ہوتے ہوئے بھی اُس نے رقم کوخرچ نہ کیا اور بھوک سے مرگیا۔

پاس رقم ہوتے ہوئے بھی اُس نے رقم کوخرچ نہ کیا اور بھوک سے مرگیا۔

لیکن میں کہتا ہوں کہ یہ شخص اُن بے شار لوگوں سے زیادہ بیوقوف نہ تھا جو

مزید کتب پڑھنے کے گئے آج ہی وزٹ کریں: www.iqbalkalmati.blogspot.com

اس کے برعکس مثبت سوچ رکھنے والے لوگ حالات کا جائزہ لیتے ہیں۔ جو

جياسوچو۔وياي بن ماؤ وسائل اور مواقع انہیں میسر ہوتے ہیں، اُن سے فائدہ اُٹھاتے ہیں یا چر خود اپل مظاحیتوں سے مواقع پیدا کر لیتے ہیں۔

مثبت موج رکھنے والے لوگ مشکل حالات کا مقابلہ کر کے نوشگوار نتائج کیے عاصل کرتے ہیں اس کی ایک اور مثال ایک ماہر تعلیم کی جدوجہد سے ملتی ہے جنہوں نے ایک ذویج ہوئے سکول سٹم کو کامیابی نے ہمکنار کیا۔ جب انتخابات ہوئے تو اس مكول سلم كے بحول نے سب سے زیاوہ نمبر حاصل كئے۔

یہ سکول سٹم کیے ناکای کے بعنورے نکل کر کامیابی کے رائے ، کا مرن ہوا اور کیے اس سکول سٹم نے امریکہ بھر میں شہرت حاصل کی اس کی تفصیل میں جائے بغیر ہم اُن مادہ اصولوں پر روشی ڈالیس کے جن پر عمل کرنتے ہوئے اِس ماہر تعلیم نے اینے مقصد میں شانداد کامیابی حاصل کی۔

کامیابی کے لئے یہ سیدھے سادھے اصول مندرجہ ذیل ہیں۔

- ا۔ اپنے جذبے کو ہمیشہ قائم رکھیں۔
  - ۴۔ اقتصے اور روش پہلو کو دیکھیں۔
- بہتری اور اچھائی کی امید رکھیں۔
- سے سے سوچیں کہ آپ دوسروں سے مختلف اور مشکل کام کر سکتے ہیں۔
- ۵۔ یقین کائل رکھیں کہ آپ میں بہتر کام کرنے کی کمل المیت موجود ہے۔ كل كى نے نبيں ديكھا اور كوئى نبيں جانا كه كل كيا ہوگا۔ إلى لئے جو كام آئ كيا جا سك ب أعلى يرنه چوزي- أع آج بى كرير- برون دور

ایک دن میں چونیں مھنے ہوتے ہیں۔ اِن چونیں گھنٹوں میں کی سمری موقع آپ کے دروازے پر دیک ویں گے۔ کھے پیتے نہیں ہوتا کہ اِن میں سے

کون ما موقع آن کی زندگی کو بی بدل دے۔ اس لئے جو فیصلہ آج کرنا عاہیے

اے آج ہی کریں۔

آپ کی زندگی می بعض مواقع ایے ہوتے ہیں جو آپ کی کایا لیك كتے یں۔ یاد رکھیں کہ اگر آپ نے مواقع کھو دیجے تو یہ دوبارہ نہیں آئیں گے۔ اِس الخ آج كے دن جوموقع حاصل بے أس سے آج بى فائدہ ألل اس

اونا اخت چانوں میں چھیا ہوتا ہے۔ اِے ماصل کرنے کے لئے منگان چانوں کو توڑنا بڑتا ہے۔ اس کے لئے صر، حوصلے، مسلس منت اور سن کال کی ضرورت ہوتی ہے۔ اِس کے بعد ہی سونا حاصل ہوتا ہے۔

می بر ماہ تقریا دی بزار لوگوں سے خطاب کرتا ہوں جن میں زیادہ تر نوجوان لا کے اور لاکیاں ہوتی ہیں۔ إن لوگوں میں تمام صلاحیتیں ہوتی ہیں لیکن ان ک حوصلہ افزائی اور راہمائی کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہمارا کام یہ ہوتا ہے کہ اُن کی تحلیقی صلاحیتوں کو بیدار کریں۔ جب اُن میں تخلیقی صلاحیتیں بیدار ہو جاتی ہیں تو وہ فود کامیالی کے رائے پر چل دیے ہیں۔

مجھ لوگ مری تقریری من کر این آپ کو بالکل بدل لیت میں۔ ان کی كروريال دور ہو جاتى ہيں۔ أن من يقين اور اعماد بيدا ہوتا ہے اور وہ كاميابي ك رائے پر چلتے ہوئے این مزل حاصل کر لیتے ہیں۔

اس کتے یاد رکھیں۔

آج كا دن آب كے لئے بہت ہى اہم ادر مبارك دن ہے۔قست آب پر مربان م- مواقع آپ کا انظار کر رہے۔ اُٹھیئے، آگے برجے اور ونیا سے اپنا حصہ وصول کیجے۔ کامیابی آپ کے وروازے پر وستک وے ربی ہے۔ اس کے لئے اً ب كوكى اور دن كا انظار نبيس كرنا جا ہے۔ ہر دن آب كے لئے خاص دن ہے۔

مزیر کشیع ہے کے آج بی وزے کریں: www.iqbalkalmati.blogspot.com

بياس چـ ويباي بن جاؤ \_\_\_\_\_

ياب: 7

### مائل کے بھنور سے باہر آئیں۔ مگر کیے؟

كيا تعمري أور شبت سوج ركف والع بهي حوصله بار دي جير؟ بان ايما ضرور ہوسکتا ہے کیونکہ وہ بھی انبان ہیں۔ طالات اُن کے مزاج میں بھی اتار چ هاؤ پیدا کرتے ہیں۔ لیکن فرق سے بے کہ تقمیری اور شبت سوچ رکنے والا مخص جلد ہی طالات پر قابو یا لیتا ہے۔ روحانی طور پر انسان میں مجھی بلندی کی کیفیت ہوتی ہے اور مجی پسی کی \_ مجی وہ خوش ہوتا ہے \_ مجی وہ عملین ہوتا ہے \_ لیکن تعمیری اور شبت موج رکھے والے اس نشیب وفراز پر قابو حاصل کر لیتے ہیں۔ وہ بے ولی کی کیفیت كو كست دے كراہے حوصل كو بلند كرنے ميں كاميابي حاصل كر ليتے ہيں۔ طالات کے بی کیوں نہ ہوں، آپ حوصلے کو برقرار رکھ کر بہتر فقط کر سکتے این اجھی موج، اجھا رویہ اور اچھا کردار آپ کی شخصیت میں تکھار پیدا کر تے میں۔ جن لوگوں کے مزاح میں اشتعال ہوتا ہے اور انہیں فورا عصر آ جاتا ہے وہ جلد حوصل بار دیے بین ۔ اس لئے این مزاح کو شندا رکھیے۔ مشتعل مزاجی پر قابو پا كرآپ حوصله قائم ركھ كيتے ہيں۔ اگر آئے انے خیالات کو تاہو میں رکھنے کا بکا ادادہ کر لیں تو آپ ایے خیالات کا رُخ این مرضی کے مطابق موڑ کتے ہیں اور انہیں شبت اور تعمیری بنا کتے این - بیشبت خیالات بوری زندگی آئے کے ساتھ رہ سکتے میں اور آپ کو کامیابی ک بلنديول يرينجا كية بي-

74 جیار جو دیای بن جاد آئی کا دن مجی خاص دن ہے۔ اگر آپ نے آئی کے دن کے حوالے سے اپنے اعتاد اور یقین کو پختہ کر لیا تو آپ کو اتنے اجتھے اور خوشگوار نتائج حاصل ہوں گے کہ خود آپ کو اپنی کامیالی پر حمرت ہوگی۔ یہ نتائج اِس قدر حمران کن ہوں گے!

### باب: 6 كى اہم زين باتيں

- ا۔ ابن زندگی کے ہر دن کو ایک اہم ترین ون سمجیں۔ یہ سوچیں کہ آئ بہت کچھ کرنے کا ون ہے۔ آئ آپ جو کچھ کر کتے ہیں شاید اس کا موقع پھر نہ آئے۔
- ۲۔ ہر روز جب صبح سویرے بیدار ہوں تو خود کلائی کے انداز میں اپ آپ ے کسی کہ آج بھے میں بجر پور طاقت اور صلاحیت ہے۔ آج کا دن بہت ہی شاندار ہوگا۔ آج بچھے محموں ہو رہا ہے کہ پہلے کے مقاطع میں بھی میں زیادہ صلاحیت اور توانائی ہے۔
- ۔ وقت آپ کی زندگی میں سب سے تیمی چیز ہے۔ اِس کے ہر لیے کو شبت طور پر استعال کریں۔ اگر آپ نے وقت کی قدر کی اور ہر لیے سے بھر پور فائدہ اُٹھایا تو آپ کی زندگی میں کوئی مشکل اور رکاوٹ نہیں آئے گی۔
- ۳- زندگی میں مجھی اپنے آپ کو بے کار اور کما نہ سمجھیں۔ اپنے اندر یقین اور اسلام میں موجود ہے۔ اندر یقین اور اسلامیت موجود ہے۔
- مع و پیدا مریں۔ آپ ک بلاتب بر صروری صلاحیت موجود ہے۔ ۵۔ کل کی نے نہیں ویکھا اور کوئی نہیں جانا کہ کل کیا ہوگا۔ اِس لئے جو کام آج کیا جا سکتا ہے اُسے کل پر نہ چھوڑیں۔

جندوں پر چہا سے ہیں۔ زندگی میں جب مجھی البے حالات ہوں کہ آپ کے خیالات منفی زخ ہا

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج بی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

76

کرنے لگیں تو آپ کو چا ہے کہ منفی خیالات سے جلد از جلد چھیکارا حاصل کریں۔
اس مقعد کے لئے آپ مارٹن ڈی فورسٹ کی مثال کو سانے رکھیں۔ مارٹن نے جگ کے میدان میں بہت سے کارنا ہے وکھائے تھے اور اپنے حوصلے کو بلند رکھا تھا۔ لیکن کا ذبک کی بولناک یادوں نے اُس کے ذبکن کو ذبخی کر دیا تھا۔ اور شمکسین خیالات نے اُس کے دباغ پر تھنہ جما لیا تھا۔ پھر ایک روز مارٹن نے اپنے شمکسین خیالات نے اُس کے دماغ پر تھنہ جما لیا تھا۔ پھر ایک روز مارٹن نے اپنے شمکسین خیالات سے چھٹکارا حاصل کرنے کا کیا ارادہ کر لیا۔ وہ پہلے بھی اِس قسم کے روحانی تجر بات کے روحانی تجر بات کے گزر چکا تھا اور اِس مرتبہ بھی اُس نے یہ فیصلہ کیا کہ وہ ایک بار پھر اپنے آپ کو کمل طور پر تبدیل کرنے کے روحانی تجر ہے۔ گزرے گا۔

مارٹن نے ایک کتاب پڑھی جم کا نام تھا '' شبت سوچ کی طاقت''۔ کتاب پڑھنے کے بعد مارٹن نے اعلان کیا کہ آج سے میں اپنے آپ کو تبدیل کرنے لگا بول۔ میں اپنی زندگی اور اپنے خیالات کا مالک ہوں۔ میں اِن کو یقینا بدل بھی سکتا ہوں۔ اور پھر اُس نے اپنے خیالات کو واقعی بدل بھی لیا۔ یعنی مُنگین خیالات سے چینکارا حاصل کر لیا۔

مارٹن ایک حقیقت پند فخص تھا۔ وہ جانا تھا کہ کرے خیالات زائن پر چھا جاکس تو وہ جانا تھا کہ کرے خیالات زائن پر چھا جاکس تو وہ جانا تھا کہ کرے خیالات زائن پر چھا بن جاتے ہیں۔ اور نم اور کم اور اندھیرے آ دی کا مقدر بن جاتے ہیں۔ جن جاتے ہیں۔ اندان کو بنایا تھا تو آئے تما آ جائی ہیں۔ خدا نے جب اندان کو بنایا تھا تو آئے تمام فطری قو تمی عطا کی تھیں۔ اُس

کے اغرام مر، حوصلے، شجاعت اور فراخ دلی کی خوبیال رکھی تھیں کے اندازے اپنی زندگی کو کجی جند اور کہی جنم عظا کی تھیں۔ اُس نے مرح کے اندازے اپنی زندگی کو کجی جنم عظا کیا۔ اپنی زندگی کو اچھا یا فراغان کو اٹھا یا مرازے۔

مبیا <sub>موجو۔</sub>وییا می بن جاؤ

ایک دن میں صرف دی من صرف کر کے آپ اپنی زندگی کو بہتر بنا کتے میں۔ میں میں آپ ایک بختر بنا کتے میں۔ میں میں میں میں میں ایک مختر بار ایک مختر بارت کھ رکی تھی۔ اس میں میں میں ایک مرتبہ پڑھنا ہوتا ہے اور اِس کام میں من صرف ہوتے ہیں۔

کی لوگوں نے اِس طریقے پر عمل کیا اور بہت اچھے نتائج حاصل کئے۔ اِس طریقے کی مدد سے آپ اپی ذات میں تعمیری اور شبت تبدیلیاں لا سکتے ہیں۔لیکن فروری ہے کہ آپ اِس طریقے پر با تا عدائی کے ساتھ عمل کریں۔

اس عبارت کو دن میں کی بھی وقت جب آپ کو فرصت ہو دہرایا جا سکتا -- وقت کی کوئی قیدنہیں۔

ال کے لئے بہتر طریقہ یہ ہے آپ کی ایسے کرے میں چلے جاکیں جہاں
کون آپ کو ڈسٹرب نہ کرے۔ دروازہ اندر سے بند کر لیں۔ ٹیلی فون کو بھی بند کر
لیں اور پُرسکون ہو کر بیٹھ جاکم،

اب خدا کی طرف دھیان لگائیں اور پانچ منٹ تک اینے خیالات کو ایک ہی جگر رمرکوز رکھیں۔

مجريه الفاظ د برائي \_

یااللہ۔ اے میرے رقیم و کریم رب

تو انانوں پر بہت مہربان ہے

، تو اُن سے مال سے بھی زیادہ محبت کرتا ہے

تو بہت ہی براگ اور برتر ہے

تو انبان کو خطرات اور مصائب ہے محفوظ رکھتا ہے

تو ہر چے بہ قادر ہے

مزید کتب پڑھنے کے گئے آج ہی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جيماسوچو۔ويمائي بن جادُ

78

-U)

رو۔ چروہ خاتون کہنے گی۔ میں اپنے اندر شبت سوچ پیدا کرنا چاہتی ہوں۔ میں کابوں کا مطالعہ بھی کرتی ہوں لیکن بھنے کی مشکلات نے گھیر رکھا ہے۔ میں اگر چہ حصل نہیں ہارتی لیکن پھر بھی کافی پریشان رہتی ہوں۔ آپ میری مدو کریں تاکہ مجھ میں شبت خیالات بیدا ہوں۔

من نے خاتون سے کہا۔ آپ فکر نہ کریں۔ میں آپ کی ضرور مدو کروں گا۔ آپ جھ سے اپنی پریشانی تفصیل کے ساتھ بیان کریں۔ پھر میں آپ کو کوئی مشورہ دراں گا۔

وہ خاتون اپن شکلات بیان کرنے گئی۔ میں نے اُس میں یہ اچھی بات ریکھی کہ وہ ایک بات ایک ہی بار کرتی تھی اور اِے وہراتی نہیں تھی۔ اِس سے میں نے جان لیا کہ وہ شبت خیالات کی عورت ہے۔

وہ تقریباً آ وہ گھند تک اپی مشکلات کی تفصیل بیان کرتی رہی۔ پھر اُس نے اپی گھڑی کی طرف ویکھا اور کہا ''معاف سیجئے گا۔ میں نے آپ کا بہت وقت لے لیا۔ میں آپ کی شکر گزار ہوں کہ کسی واقعیت کے بغیر آپ نے جھے وقت دیا اور میری بات کی۔ وہ تیزی ہے اُٹھی اور میرے وفتر سے نکل گئی۔ جاتے ہوئے اُس نے جھے کہا کہ آپ نے میری جو در کی ہے۔ اُس کا بہت بہت شکریہ۔

مل حران تھا کہ میں نے اِس عورت کی کیا مدد کی ہے جس کے لئے وہ میرا پُرزور شکریدادا کر رہی ہے۔

عین اُی وقت جھ پر یہ راز کھلا کہ میں نے اُس عورت کی گفتگو سُن کر اُس کی مدد کی ہے۔ میں نے اُس کی الجھٹوں اور پریٹانیوں کی واستان بڑے خمل کے ساتھ کی اور اِس طرح اُس کا ذہن منفی خیالات سے خالی ہو گیا۔

 $\gamma^{*} = - \approx 0$   $\gamma^{*} \gamma^{*} = 0$  (4)  $\gamma^{*} \gamma^{*} = 0$   $\gamma^{*} \gamma^{*} = 0$  .

تیرے لئے کچھ بھی نامکن نہیں ۔ اے دونوں جہانوں کے مالک میری مدو فرما اس کے بعد آپ کو بہت سکوان محسوس ہو گا کھر ایک آروہ مند میں تصو

اس کے بعد آپ کو بہت سکون محمول ہوگا۔ گھر ایک آ دھ منٹ یہ تصور کریں کہ آپ کے اندر ہمت، حوصل اور جرائت بڑھ رہی ہے۔ تاامیدی کے سامے دور ہو رہ بین ادر آپ کا ذبن صاف ہوتا جا رہا ہے۔

اس مش کے بعد آپ کو گرا سکون محسوس ہو گا۔ آپ کا ذہن صاف ہو جائے گا اور اِس می سے آئیڈیاز آئی گے۔

ب دل، كم بمتى اور ب حوسلگى سے نجات حاصل كرنے كا تيرا طريقه كمى بمدرد اور مختع فنن سے دل كى بات كہنا ہے۔

ایک دن میری میرکری نے مجھے فون پر بتایا کہ ایک فاتون آپ سے ملنے کی مند کر رہی ہے۔ ش نے پوچھا کہ کیا اُس نے الماقات کا وقت لے رکھا ہے۔

میرٹری نے بتایا کرنیس اُس فاتون نے الماقات کا وقت نیس لیا۔ اُس کا کہنا ہے کہ میں بیال ہے گزر رہی تھی کہ میں نے واکٹر نارس کا بررڈ ویکھا تو میں اُن سے لئے کے لئے چلی آئی۔

مری سکرٹری نے بتایا کہ بھاہر وہ ایک نارش خاتیان ہے لیکن وہ آپ سے طاقات کے لئے ضد کر رہی ہے۔ میں نے کہا ٹھیک ہے! میں اس سے مل لیا ہوں۔

وہ خاتین میرے کمرے میں وافل ہوئی اور آتے ہی اس نے کہا نیں آپ کو شکری اور آتے ہی اس نے کہا نیں آپ کو شکری اوا کرتی ہوں گرآپ نے کام کے اس میں آپ میں اپنے کام کے اس میں اپنے کام کے میں اپنے کام کے میں اپنے کام کے میں اپنے کام کے مقید مقورہ

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

کامیانی حاصل کی تھی۔ ایک روز میں نے پینے سے پوچھا کہ ایک فقرے میں مجھے بناؤ کہ تم نے یہ زبردست کامیانی کیے حاصل کی؟ اُس نے کہا '' فکست سے اور خُدا کی مدد سے۔'' فکست نے مجھے عقل اور تجربہ دیا اور خُدا نے میری رہنمائی کی۔

پینے کو یہ حقیقت معلوم ہو گئی تھی کہ خوشگوار زندگی کا راز ایمان اور یقین کامل میں ہے۔ میں نے صرف ایک مرتبہ اُس کو مایوس اور پریشان دیکھا تھا۔ اور اُسے دکھ کر مجھے محسوس ہوا تھا جیسے اُس کا حوصلہ ٹوٹ چکا ہے۔ جب پینے مایوی اور پریشانی کی اِس برترین حالت سے دوچار تھا تو ایک روز اُس نے ایک حمیہ گیت بریشانی کی اِس برترین حالت سے دوچار تھا تو ایک روز اُس نے ایک حمیہ گیت بالدین نہ ہوں۔ آپ کی حفاظت کرنے والا خُدا موجود ہے۔''

(آپ گیت کے اِن الفاظ میں اپنے عقائد کے مطابق ردو بدل کر سکتے ہیں۔ آپ کہہ سکتے ہیں کہ خُدا کی رحمت سے کبھی مایوں نہ ہوں۔ وہ بڑا رحیم و کریم کے۔ میں خُدا کی بناہ میں آتا ہوں۔ وہ بہت مہربان ہے۔ وہ یقینا میری مدد اور مفاظت کرے گا۔)

یہ الفاظ پینے کی روح میں اُڑ گئے اور اُس کی تمام مایوی ختم ہو گئے۔ اب وہ غم و آلام سے اور مایوی اور فکست کے خوف سے بالکل آزاد تھا۔

جب آپ روحانی طور پر بلند اور مضبوط ہوتے ہیں۔ تو آپ کا حوصلہ بھی بلند رہتا ہے۔ اچھی، تعمیری اور شبت سوچ روح میں بلندی پیدا کرتی ہے۔ جس انسان میں شبت سوچ ہوگی اُس میں تخلیقی قوت بھی پیدا ہو جائے گی اور وہ مشکلات کے فارزار میں اپنا راستہ تلاش کر کے گا۔ شبت سوچ رکھنے والے کھنڈے مزاج کے مارزار میں اپنا راستہ تلاش کر کے گا۔ شبت سوچ رکھنے والے کھنڈے مزاج کے مالک ہوتے ہیں۔ وہ بھی جذباتی نہیں ہوتے۔ وہ مشکلات کو آسانی سے برواشت کر اللہ میں بائٹ نے اللہ میں بائٹ کے اللہ میں بیا بائٹ کے اللہ میں بائٹ کے ا

لہ میں الآخی اللہ میں الآخی اللہ میں الات میں الات کے اللہ میں ال

83

میاسوچه وبیای بن جاؤ

جيهاسوچو-ويهاي بن جاؤ

82

## باب: 7 کی اہم زین باتیں

ا۔ زندگی میں نشیب و فراز آتے رہتے ہیں۔ بھی دن بڑے ہوتے ہیں اور بھی راغی۔ اس لئے بھی ممکنین نہ ہوں اور ہمت نہ ہاریں۔ تعمیری اور مثبت سوج راغی۔ اس لئے بھی ممکنین نہ ہوں اور ہمت نہ ہاریں۔ تعمیری اور مثبت سوج رکنے والے آخرکار طالات پر قابو طاصل کر لیتے ہیں۔

رہے والے اور موان پر میں اور کیا ہے۔

اپنے ذائن ہے منفی خیالات کو نکال دیں۔ منفی لیخی کرے خیالات ذائن پر چھا جا کیں تو وہ جابی اور بربادی کا باعث خے ہیں۔ جب آ دی کرے خیالات کو اچھے خیالات میں تبدیل کر لیتا ہے تو اُس کے اندر موجود روحانی تو تمیں حرکت میں آ جاتی ہیں اور اُسے حالات پر قابو حاصل کرنے میں بحر پور مدد دیتی ہیں۔

میں آ جاتی ہیں اور اُسے حالات پر قابو حاصل کرنے میں بحر پور مدد دیتی ہیں۔

میکلات میں خدا کی طرف دھیان لگا کیں اور اُس ہے مدو کے لئے دعا کریں اور بار بار کریں۔ اِس کے ساتھ ساتی کو صل کرنے کے لئے اپنی اور بار بار کریں۔ اِس کے ساتھ ساتی کو صل کرنے کے لئے اپنی کوششیں بھی جاری رکھیں۔

کوسیں ہی جاری رس-سم جب بھی مشکلات بڑھ جائیں اور آپ حوصلہ ہارنے لگیں تو ہمارے تمن نکاتی نارمولے سے مددلیں۔

۵۔ اچھی، تعمیری اور شبت سوچ روح میں بلندی پیدا کرتی ہے۔ جب آپ روحانی طور پر بلند اور مضبوط ہوتے ہیں تو آپ کا حوصلہ بھی بلند رہتا ہے۔

سال کتے بھی حت کیوں نہ ہوں وہ اِن کا حل تلاش کرنے میں روحانی خوشی کے مسائل کتے بھی حقیقت یہ کہ مسائل کتے بھی حت کیوں نہ ہوں وہ اِن کا حل تلاش کرنے میں روحانی خوشی کے وہ اِن کا حل تلاش کرتے ہیں۔ اِن میں یقین اور احتاد کی زبردست طاقت ہوتی ہے اور اُن کا فظریہ یہ ہوتا ہے کہ مسائل انسان کو بہتر بنے اور آگے برھنے میں مدد دیتے ہیں۔ فظریہ یہ ہوتا ہے کہ مسائل انسان کو بہتر بنے اور آگے برھنے میں مدد دیتے ہیں۔ فشیت سوچ رکھنے والوں کی راہ میں اگر کوئی شکل آ جائے یا بھی اُنہیں فشیت کا سامنا کرتا پڑے تو وہ ہرگر نہیں گھراتے۔ یہ لوگ مسائل کو حل کرنے کے لئے اپنی صلاحیتیں پوری طرح استعال کرتے ہیں کونکہ وہ یقین رکھتے ہیں کہ دنیا میں ہرسنے کا کوئی عل ضرور موجود ہے۔

متنقل مایوی انسان کا حوصل ختم کر دی ہے اور انسان بے بیتی کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس لئے یہ بات اچھی طرح سجھ لین جاہے کہ مایوی انسان کی سب سے برل رحمن ہے۔ اس سے بیخ کا صرف میں طریقہ ہے کہ شبت اور تقیری سوچ کا وامن نہ چھوڑا جائے اور حوصلے، بہادری، عزم اور جرائت سے ہر مشکل کا مقابلہ کیا جائے۔

اگر آپ مثبت خیالات رکھتے ہیں جب بھی زندگی میں بعض اوقات آپ پریشانی اور حوصلہ شکنی کی زد میں آ کتے ہیں کیونکہ دنیا ایک ایک جگہ ہے جہال او فی فی اور حالات میں اتار پڑھاؤ آتا رہتا ہے اور فاہر ہے کہ انسان اچھے مُرے۔ حالات سے اثر تبول کرتا ہے۔

لیکن تعمری اور مبت خیالات رکھنے والے لوگوں میں یہ صلاحیت اور خوبی موتی ہے کہ وہ جلد ہی اِس حالت سے باہر آ جاتے ہیں۔

زندگی میں ایدا بھی نہیں ہوگا کہ آپ کو ممائل سے واسطہ نہ پڑے۔ آپ

کے دائے میں رکاوش، دشواریاں اور ممائل ضرور حائل ہوں گے۔ جینے کا قرینہ ہے

نے کہ آپ ممائل کے بھنور میں ڈوب نہ جا کی بلکہ جلد تی اِن سے باہر آ جا کیں۔



جياء چ<sub>ه د</sub>ياني بن جاد

گفتگوے ظاہر ہورہی گئی۔

اس کے بر علی کام کرنے والے لوگ ''اگر گر'' کے چکر میں نہیں پڑتے۔ ہے

لوگ کام کر کے دکھاتے ہیں۔ [آپ کی نظروں کے سانے کئی ایے لوگ موجود ہیں

جنہوں نے بڑے بڑے فلاحی اوارے اور ہمپتال قائم کئے طالانکہ جب اُنہوں نے

یہ کام شروع کیا تو اُن کے پاس اِس کام کے لئے معمولی رقم بھی موجود نہ تھی۔ لین

وہ اپ مقصد میں اسے سے تھے اور اُنہیں اٹنا یقین کامل طاصل تھا کہ دوسرے

لوگ بھی اُن کی مدد کے لئے میدان میں اُر آئے۔ یقین کامل ایا جذبہ ہے کہ

لوگ بھی اُن کی مدد کے لئے میدان میں اُر آئے۔ یقین کامل ایا جذبہ ہے کہ

کامیانی کو اپنی طرف کھینچتا ہے ]۔

و اکثر سملے بلنن جو ایک مشہور ماہر نفیات ہیں بتاتے ہیں کہ بجھے بہت سے

ایے مریضوں کو دیکھنے کا موقع ملا ہے جو ''مشکل ہے''،'' ناممکن ہے''،'' میں نہیں کر

سکا'' اور''اگر گر'' جیسے الفاظ استعال کرنے کی وجہ سے زبنی مریض بن چکے ہیں۔

اِن لوگوں نے اپنے اندر کی طاقت کو خود بی ختم کر لیا ہے۔ اِس طرح کامیانی کی

بجائے ناکائی اُن کا مقدر بن گئی ہے۔ ڈاکٹر بلنن کہتے ہیں کہ میں ایے مریضوں

کے دماغ ہے منفی الفاظ نکال دیتا ہوں اور وہ نارل ہو جاتے ہیں۔ اِس کے بعد میں

شت الفاظ ہے اُن کی مدرکتا ہوں۔

یاد رکھیں کہ جارے خیالات، نظریات، فلف حیات اور عقائد بی جارے واغ میں کامیانی یا تاکای کے نیج بوتے ہیں۔ اس کے بعد بی ہم عملی طور پر کامیانی یا تاکای کا سامنا کرتے ہیں۔ یعنی ہم اپنے دیاغ کی زمین میں جو چیز بوتے ہیں۔ وہی کائے ہیں۔

"اگر ایما ہو"،"اگر ایما نہ ہو" إى طرح كے اور اى طرح كے دوسرے مفى الفاظ آدى كى بريشانى كو بروها كر أس كے ارادول كو كرور كر ديتے ہيں۔ إس كے

جيماسوچو۔ويباي بن جادُ

## منفى الفاظ استعال نه كري

تعیری اور شبت خیالات رکھنے والے لوگ منفی الفاظ کو استعال نہیں کرتے۔ منفی الفاظ میں ''مشکل ہے''، '' نامکن ہے''، ''اگر ایبا نہ ہو سکا''، ''ہمارے بس کا روگ نہیں'' وغیرہ وغیرہ۔

وہ جانے ہیں کہ منفی الفاظ آوی کی کوشٹوں میں اور اُس کے جذبے میں جود کی کیفیت پیدا کرتے ہیں۔ جیسے آگے بڑھنے کے عمل کو بریک لگ جائے۔ جیسے زندگ کا پہیر جیم ہو جائے۔ وہ منفی الفاظ کو زبان پر نہیں لاتے بلکہ انہیں اپنی بول حال ہے ہی فارج کر دیے ہیں۔

منی لفظ بمیشد منفی خیالات پیدا کرتا ہے اور منفی خیالات تاکای کو جنم دیتے

ایک مرتبہ کھ لوگ ایک فلاق مرکز قائم کرنے کے لئے زمین کا گلزاخریدنا چاہتے تے لیکن إن میں چند لوگ اینے تے جو یہ کبہ رہے تھ کہ اگر ہمیں لہیں سے کچھ اور مدول جائے تو ہم یہ کام کر علتے ہیں۔ یا کہیں سے کچھ اور مالی مدد حاصل ہو جائے تو یہ کام ہوسکتا ہے۔ وغیرہ وغیرہ۔

یہ لوگ دراصل اپنے مقصد کے بارے میں شک میں جتا تھے۔ انہیں اپنے مقصد کی کامیابی کے بارے میں شک میں جتا تھے۔ انہیں اپنے دو ہو جائے"،""اگر سے ہو جائے"،""اگر وہ ہو جائے" ،""اگر سے ہو جائے" ،""اگر دہرانا اُن کے منی خیالات کی عکامی کر رہا تھا۔ اُن کے ذہوں میں ایک خوف اور ناامیدی چھی ہوئی تھی جو منی الناظ کی شکل میں اُن کی

مزید کتب پڑھنے کے گئے آج ہی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

86 جیساء چو۔ دیائی بن جاؤ کی مثبت سوچ رکھ اس طرح کے کھی اس طرح کے کھی اس طرح کے کھی اس طرح کے ہوئے ہیں۔ وہ کھی اس طرح کے ہوئے ہیں۔ وہ کھی اس طرح کے ہوئے ہیں۔ "بہت اچھا خیال ہوئے ہیں۔ "بہت اچھا خیال ہے۔ ہمیں آگے کی جانب و کھنا چاہے" وغیرہ وغیرہ۔ اِن الفاظ میں کامیابی کی امید اور توقع پائی جاتی ہو تو اجھے دائج ہیں۔ اور توقع اچھی ہو تو اجھے دائج بی براہ ہوتے ہیں۔

مثبت موج رکتے والے لوگ اگر بھی کوئی غلطی کر بھی جائیں تو اِس کا ذکر منفی انداز میں نہیں کرتے۔ وہ فوراً اپنی اصلاح کر لیتے ہیں اور کہتے ہیں آئندہ سے کام مزید بہتر طریقے سے کروں گا اور جھے ضرور کامیابی ہوگی۔

این زندگی برمنی الفاظ کا تاریک سامیہ برگز ند بڑنے دیں۔ ایسے الفاظ کو ذہن سے نکال دیں اور انہیں استعال کرنا چھوڑ دیں۔

ایک مرتبہ میری یوی روت کو کمانوں کے ایک اجتماع میں شرکت کی دعوت دی گئے۔ شام کو کھانے کے موقع پر میری یوی نے اپنے ماتھ بیٹے ہوئے کمان سے پوچھا کہ تمہاری فصلیں کہیں رہیں۔ کمان نے بتایا کہ اس مال تو ہماری فصلیں اچھی نہیں رہیں۔ میری فصل تو پھر بھی تحوڑی بہت نئے گئی لیکن میرے بھائی کی تو تمام کی تمام فصل جاہ ہو گئے۔ میری یوی نے کمان سے پوچھا کہ تمہاری فصل کو کیا ہوا تھا۔ کمان نے بتایا کہ سیاب نے ہماری فصل کو تباہ کر دیا۔

میری بیوی نے کمان سے بوچھا کہ تمہاری صل تو جاہ ہو چکی ہے۔ اب تم کیا کرو گے؟ کمان نے کہا کہ جو ہو چکا منیں اُس کو بھلا دوں گا اور آئندہ پھر

یہ کسان دیہات کا رہنے والا تھا۔ اُس نے فطرت کی گوو میں پرورش پائی انگی۔ اُس نے گری، مردی، آئرهی، طوفان، سلاب سب پھی دیکھا اور برواشت کیا

جام چردیاں بن جو اور کے سال بھی دیکھے تھے اور کرے سال بھی دیکھے تھے۔ اُسے معلوم تھا فار اُس نے اچھے سال بھی دیکھے تھے اور کرے سال بھی دیکھے تھے۔ اُس خُدا کی مہر پانی سے ملتا ہے۔ کسان کے کاموں میں خُدا

ہے۔ اس کسان نے صبر اور سکون کے ساتھ خُدا کے فیصلے کو قبول کر لیا تھا۔ حقیقت کوللم کرتے ہوئے اُس نے اپنے نقصان پر رونا دھونا مناسب نہ سمجھا اور اپنی تمام امیدیں اگلے سال کے ساتھ وابستہ کر لی تھیں۔

یہ کسان فطری طور پر شبت سوج کا مالک تھا۔ اس کئے وہ بے چینی کا شکار نہ ہوا اور زبنی اور روحانی طور پر مطمئن اور پُرسکون رہا۔

شبت الفاظ آپ کے اندر ایمان اور یقین کی طاقت پیدا کرتے ہیں۔ سے طاقت آپ کو فتح ہے میکنار کرتی ہے لیکہ حقیقت تو سے کہ بہت بڑی فتح حاصل کرنے میں آپ کی دوکرتی ہے۔

میں بال کے عظیم کھلاڑی مورڈ کی براؤن کی کہانی اس قابل ہے کہ اُس کی میں بال کے عظیم کھلاڑی کے والدین بہت غریب سے لیکن وہ اپنی غربت کا ذکر خبیں کرتے سے براؤن جب جوان ہوا تو وہ میں بال کا بہت اچھا کھلاڑی تھا۔ اُس کے ماں باپ کو اُس سے بڑی امیدیں تھیں۔ براؤن کھیوں میں اپنے والدین کے ماتھ کام بھی کرتا تھا۔ ایک دن اُس کا ایک ہاتھ مشین میں آ گیا۔ اُس کی ایک اُنگی کھیل طور پر کٹ گئی۔ یہ ہاتھ بھی وایاں ہاتھ تھا۔ کوئی عام آئی کہی گئی ہو تا تو شاید حوصلہ ہار دیتا لیکن براؤن نے ہمت نہ ہاری اور اپنا ہیں بال کا کھیل حاری رکھا۔

كوئى منفى سوج كا آدى ہوتا تو كہتا- كاش ميرى الكليان سلامت ہوتين \_ اگر

جيباسو چو۔ويبائ بن ماؤ

بھے یہ حادث بین نہ آتا تو میں بھی ایک اچھا کھلاڑی بن سکا تھا۔ لیکن براؤن نے الی کی منفی موچ کو ایخ قریب نه آنے ویا۔

أى نے اس عزم كا اظہار كيا كه ميں اپنا خواب ضرور پورا كرول كا۔ وو ہمیشہ اپنے روش مستقبل کا ذکر کرتا۔ اس نے اپنی معذوری کو اپنے رائے کی رکاوٹ ن بنے دیا۔ وہ ایخ معذور ہاتھ کے ماتھ ہی کھیاتا رہا۔ اس معذور ہاتھ کے ماتھ بی اُس نے گیند بھیکنے میں اچھی خاصی مہارت حاصل کر لی۔ اور پھر وہ وقت بھی آیا جب لوگول کو اِس معذور کھلاڑی کی مہارت اور ٹیز رفاری دیکھ کر چرت ہونے گی۔ یہ کیے مکن تھا کہ دائیں ہاتھ کی معذوری کے باوجود وہ اتن مہارت سے کھیلا تھا۔ لوگول کو بردی حرب ہوتی۔

آخراس معذور لڑ کے نے میں بال کے کھیل میں دھوم کیا وی۔ یہ سب کچھ براؤن نے کیے کیا؟ جواب ظاہر ہے۔ براؤن بہت ہی تقمیری اور شبت خیالات کا مالک تھا۔ بچین بی سے اُس کے والدین نے اُس کی تربیت کچھ ایسے انداز سے ک تھی کہ اُس میں بے حد اعماد اور یقین کی کیفیت تھی۔ اُس نے مشکلات سے ممٹنے اور معاملات کو سلجھانے کا ہنر سکھ لیا تھا۔ یک وجہ تھی کہ براؤن نے نامکن اور معذوری جیسے الفاظ کو اپنے ذہن سے ممل طور پر نکال ویا تھا۔

این معذوری کے باوجود براؤن امریکہ کا بیں بال کا صفِ اوّل کا کھلاڑی با۔ اُس نے جو کامیایاں عاصل کیں اُن کی فہرت بہت لمی ہے۔ یہ سب اُس کی

یاد رکھنے کہ ثبت ہوئ رکھنے والے لوگ جس زبان میں بات کرتے ہیں اُس میں علی کی بجائے شبت الفاظ ہو۔ تے ہیں۔ مثال کے طور پر وہ کہتے ہیں کہ یہ کام ضرور ہوگا۔ بچھے کامیابی ہوگ۔ میں وقع یاب ہوں گا۔ یہ کام مشکل نہیں۔ یہ کام

جیامو چو۔ دیسائی بن جاؤ

برگز نامكن نبين - وغيره وغيره-

یہ کتے ہوئے انہیں اِس بات کا احماس ہوتا ہے کہ وہ جو بھے کہد رہے ہیں وہ بالکل ج ہے۔ اُن کے احساسات میں جو سچائی اور اُن کی مخصیت کے اندر جو ایان اور تقین کال ہوتا ہے وہی اُنہیں اُن کی منزل کے پہنچاتا ہے۔

کھ لوگ جب بھی کوئی گفتگو ہوتی ہے یمی کہتے ہیں کہ میں جو بھی کام کرتا ہوں اُس میں مجھے ناکای ہوتی ہے۔ ایس گفتگو ایک منفی ذہن کی عکای کرتی ہے۔ الے لوگ ہیشہ ناکای ہی کا سامنا کرتے ہیں۔

کھ لوگ ایے بھی ہوتے ہیں جو پیدا ہی منفی خیالات کے ساتھ ہوتے ہیں۔ ینی وہ پیدائی طور پر مفی ذہن رکھتے ہیں کیونکہ اُن کے والدین بھی منفی سوچ کے مالک تھے۔ وہ اینے بچوں پر بلاوجہ مکتہ چینی اور تقید کرتے رہے تھے جس کی وجہ سے

بچون کے خیالات منفی ہو گئے۔

ایک مرجد ایک اوک نے مجھے موک پر روک لیا۔ اُس نے مجھے بتایا کہ میں ، كانى عرصے ے منفى خالات سے چينكارا حاصل كرنے كى كوشش كر راى مول - اصل میں میں بھین ہی سے مسلسل ناکائی کا سامنا کر رہی ہوں۔ جو کام بھی کرتی ہوں اُس میں بری طرح ناکام رہتی ہوں۔ میں بہت ہی مایوں ہو چکی ہوں۔ ایک سال پہلے میں نے سکول بھی چھوڑ دیا اور اب ملازمت کرتی ہوں۔

ر کھنے میں وہ ایک خوبصورت لاکی تھی۔ میں نے اُس سے بوجھا کہ تمبارے خال میں تنہاری ناکای کی کیا وجہ ہو عتی ہے؟ اُس نے ایکھاتے ہوئے کہا کہ میں کی کو الزام دینانیں عامتی۔ شاید میں خود ہی ٹھیک طرح سے کام نہیں کر عتی۔ لیکن مر اُس نے این بیان میں کھے تبدیلی کی اور کہا کہ شاید یہ میری مال کا قصور ب لكن مال كو الزام دينا مجمع اليها محسول نبيس موتا وه برى الجيل بين اور مين اين مال

--- جياسوچو ـ وياى بن جادَ اياس بن اياس بن جادَ اياس بن

آپ کا گھی ہوئی کتاب پڑھ چکی ہوں۔ آپ میرے لئے دعا کریں کہ میں ایک انگی اور کامیاب لڑکی بن جاؤں۔ مجھے یقین ہے کہ خُدا آپ کی دعا ضرور قبول کر ای

. من نے أس سے كہا كه ميں تمہارے لئے ضرور دعا كروں كا اور يه دعا تمہيں فرار بدل وے گا۔

جی طرح منفی الفاظ انسان پرمنفی اثرات ڈالتے ہیں ای طرح غلط نظریات کی انسان پر غلط نظریات انسان کے یقین کو متزلزل کی انسان پر غلط اثرات مرتب کرتے ہیں۔ غلط نظریات سے بھی نجات حاصل کی جائے۔

یاد رکھیں کہ کامیابی کے لئے ہمارے اندر کچی، حقیقی اور گہری خواہش ہونی چاہے۔ ایک خواہش میں بری خواہش میں بری طاقت ہوتی ہے۔

زندگی میں ہمیں جو تخیاں اور شکلات پیش آتی ہیں۔ وہ ہمیں جینے کا وُحنگ کھاتی ہیں۔ مشکلات سے گزرنے کے بعد ہم زیاوہ مجھدار، زیادہ عقل مند، زیادہ کا داور زیاوہ تج ہے کار ہو جاتے ہیں۔ بیسب خوبیاں زندگی میں بڑی بڑی کامیابیوں اور عظم تر مقاصد کے حصول کے لئے ضروری ہیں۔ رکاوٹیس اور مشکلات وہ بھٹی ہیں جس میں تپ کر آ دی کی شخصیت سونے سے کندن بن جاتی ہے۔ اِس لئے زندگی کی قدر کریں اور مشکلات سے بالکل نہ گھراکیں۔ جس میں خود اعتاوی، یقین کائل، مر، انسانی خدمت، دیانت داری، محنت کا جذب اور تعمیری سوچ ہوگی وہی زندگی میں کامیاب ہوگا۔

۔ ۔ کچھ لوگ ناکام زندگی گزارتے ہیں۔ یہ لوگ منفی خیالات کی وجہ سے زندگی کے حقائق کو تعلیم نہیں کرتے۔ جب وہ زندگی کی حقیقوں کو تعلیم ہی نہیں کرتے تو وہ سے محبت کرتی ہوں۔

اُس اُوکی نے بتایا کہ میں جب چھوٹی تھی تو میری ماں عوماً اپنی پر بیٹانیوں کا ذکر کرتی رہتی تھیں۔ وہ بہت زیادہ منفی موج رکھتی تھیں۔ وہ کہتی تھیں کہ اُن سے کوئی کام بھی فحمیک طرح سے نہیں ہوتا۔ جو کام بھی وہ کرتی ہیں اُس میں کوئی نہ کوئی خرابی پیدا ہو جاتی ہے۔ لیکن اِس فتم کی گفتگو کے ساتھ ساتھ وہ مجھ سے کہتیں کہ بیٹی تم پیشان نہ ہوتا۔ لیکن حقیقت ہے ہے کہ ماں کو پریشان و کھے کر میں بھی پریشان ہو جاتی

اس لؤکی کی گفتگوین کر جھے اندازہ ہوا کہ اپنی مان کے منفی طرز عمل کی وجہ سے وہ لؤکی احماس کمتری کا شکار ہوگئی تھی۔ اب ضروری تھا کہ اُسے احساس کمتری سے نجات ولائی جائے۔

میں نے اُس لڑکی کی تعریف کی اور اُس کا حوصلہ بڑھایا۔ میں نے اُس سے کہا کہ تم بہت ہی اچھی لڑکی ہو۔ بس تم اتنا کرو کہ منفی الفاظ استعال کرنا چھوڑ دو۔

اُس نے بچھ سے کہا کہ آپ بچھ بچھ کھ کر دیں تاکہ بچھ اطمینان ہو۔ میں نے اُس سے کہا کہ آپ اِلھا دہرایا کرد۔ "میں کر عتی ہوں۔ میں کر عتی ہوں۔ "

اس نے سراکر کہا کہ میں ایسا ضرور کروں گی۔ بلکہ آج عی سے شروع کر

مل نے اُس سے کہا کہ وہنی عاوات آ ہتہ آ ہتہ تبدیل ہوتی ہیں اور اِس کام میں کچھ وقت صرف ہوتا ہے۔ الشعور سے پہلے والے خیالات نکال کر ہی نے خیالات وائل کئے جا کتے ہیں۔

مر اس لزی نے بھے سے کہا کہ ڈاکٹر میں اصاب کتری کے بارے میں

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزے کریں: www.iqbalkalmati.blogspot.com

جيماسوچو۔ديمائي بن جادُ

\_\_\_\_\_ 9

ان کا مقابلہ بھی نہیں کر کتے۔

مغربی ممالک میں بہت ہے کم عرفوجوان خودکنی کر لیتے ہیں۔ وہ خود کو غیر کفوظ بھتے ہیں۔ وہ خود کو غیر کفوظ بھتے ہیں۔ خشیات، جرائم، بے روزگاری، ہم جس پری، طلاق، ندہب نے بیزاری، بچوں اور والدین میں ذبئ ہم آ ہنگی کا ند ہونا، ٹیلی ویژن اور فلم میں دکھائے جانے والے تقدد کے مناظر، اسلح کی مجرمار اور معاشرتی ناہمواری اور اختشار نے انسانوں کو غیر مخوظ بنا دیا ہے۔ اس لئے نوجوان اپنے ہاتھوں سے اپنی زندگی کو ختم کر رہے ہیں۔

[خود المارے بہال زیادہ بری صورت حال ہے۔ نوجوان ہاتھوں میں ڈگریاں لے کر گھوم رہے ہیں لیکن انہیں مازمت نہیں ملی۔ اقربا پروری عام ہے۔ نوکری کے سائر آئی یا رشوت چاہے۔ لیڈر اور بیورو کریٹ، بوردی یا باوردی، ہر طرح کے المکار لوگوں کو دونوں ہاتھوں ہے کوٹ رہے ہیں۔ تقانے نیلام ہو رہے ہیں۔ انساف کا حصول نامکن ہوتا جا رہا ہے۔ کہیں شنوائی، کہیں دادری نہیں۔ جب کہیں امید کی کرن نہ ہوتو پھر خود تی ہی نجات کا وہ واحد راست ہے جو باتی رہ جاتا ہے۔ اس صورت حال سے نگلنے کا طریقہ یہ ہے کہ مادہ بری سے نجات حاصل کر کے مندہ کو فروری دیا جائے اور سرمایہ داری اور جا کے رداری کو فروری دیا جائے اور سرمایہ داری اور جا کے رداری کو فرو کی کرای کو فروری دیا ہے۔ اس اور فلای ریاست قائم کی جائے۔

## باب: 8 كي ابم ترين باتيس

- منی الفاظ استعال کرنا بالکل جھوڑ دیں کیونکہ منفی الفاظ منفی خیالات پنیدا کرتے میں اور منفی خیالات تاکامی کو جنم دیتے ہیں۔ بھی بھی منفی الفاظ زبان پر نہ۔ لائیں بلکہ انہیں اپنی بول جال ہے ہی خارج کر دیں۔
- ا۔ یاد رکھیں کہ ہمارے خیالات، نظریات اور فلف خیات ہمارے دماغ میں کامیابی یا ناکامی کے نیج بوتے ہیں۔ ہم اپنے دماغ کی زمین میں جو چیز بوتے ہیں۔ بوتے ہیں وہی کانچے ہیں۔
- ۔ شبت الفاظ آپ کے اندر ایمان اور یقین کی طاقت پیدا کرتے ہیں۔ سے طاقت آپ کو بری بری کامیابیاں حاصل کرنے میں مدد دیتی ہے۔
- م۔ غلط نظریات اور منفی خیالات انسان کو اندر سے کھوکھلا کر دیتے ہیں۔ اس کئے اِن سے نجات حاصل کریں۔
- ۵۔ کی، حقیق اور گبری خواہش میں بری طاقت ہوتی ہے۔ این اعماد اور یقین کو مضوط بنا کیں۔ خود سے کہا کریں "میں کر سکتا ہوں، میں ضرور کر سکتا ہوں، میں ضرور کر سکتا ہوں۔"



مزید کتب پڑھنے کے گئے آج بی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جيام چي دويياي بن جادَ

محوں کیا ہے۔ یہ مجھی نہ تبدیل ہونے والے ایسے اصول ہیں جو آپ کو زہنی، روحانی اور بسمانی طور پر مضبوط بنا دیں گے۔

میں نے ہیشہ ہے کہا ہے کہ گہرا ایمان اور یقین کائل صحت کو ٹھیک رکھتا ہے۔ یہ بات اب میڈیکل مائنس نے بھی تنظیم کر لی ہے کہ آپ کے ایمان اور یقین کا انجی صحت کے ماتھ گہراتعلق ہے۔

وُاکرُ ہینین کا کہنا ہے کہ جو لوگ اینے اندر یقین کی قوت رکھتے ہیں وہ نہ صرف چھوٹی بلکہ بوی بیاریوں سے بھی محفوظ رہتے ہیں۔ چاہے یہ سرورو، دل کے امراض، ذبئی وہاؤ، بلذ پریشر، کیلسر ول کی زیادتی ہو یا کوئی اور مرض ہو۔

اس معروف ڈاکٹر کا کہنا ہے کہ ہم اِس مادی دنیا میں رہتے ہیں۔ مادی ضروریات کے بغیر ہم زندہ نہیں رہ کتے لیکن ماری کی روحانی ضروریات بھی ہیں۔ بیضروریات بھی آتی ہی اہم ہیں بلکہ اُس سے زیادہ اہم ہیں۔

ایک اور ماہر نفیات کا کہنا ہے کہ خیالات کی دنیا بھی ماوی اشیاء کی دنیا کی طرح حقیقی ہے۔ مطلب یہ ہے کہ جس طرح مادی ضروریات ہماری زندگی پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ موتی ہیں ای طرح ہمارے خیالات بھی ہماری زندگی پر اچھا یا بُرا اثر ڈالتے ہیں۔

میں آپ کو ایک ایک خاتون کی کہانی ساتا ہوں جس کی عمر صرف 34 سال سخی۔ اِس کم عمری کے باوجود اُس کی صحت خراب رہتی تھی اور وہ گھر کا کوئی کام کائ نہیں کر حکتی تھی۔ وہ زیاوہ وقت بستر پر گزارتی تھی اور روز بروز جسانی طور پر کزور بھی ۔ فقر یہ کہ اُس کی زندگی بہت خراب گزر رہی تھی۔ اور ساری خرابی کی وجہ وہ منفی خیالات تھے جنہوں نے اُس کے ذہن پر تبضہ کر رکھا تھا۔ ڈاکٹروں کے کلینگ کے چکر لگانا ہی اِس خاتون کی واحد مھروفیت تھی۔

مساسوچو۔ویسای بن ماؤ

- 1

## صحت اور توانائی کے وہ راز جو مجھے معلوم ہوئے

[ال باب میں ڈاکٹر نارکن ونسنت پیلے نے جن باتوں پر روشیٰ ڈالی ہے وہ کی غرب کے ساتھ مخصوص نہیں۔ اِن تھائت کو تمام غداب سلیم کرتے ہیں۔ اب تو جدید سائنس اور نفسیات نے بھی اِن کی سچائی کو شلیم کر لیا ہے۔ تاہم اِس باب میں مفہوم بدلے بغیر بعض اصطلاحات اور الفاظ کو اسلامی پس منظر دے ویا گیا ہے تاکہ اصل بات کو سمجھنے میں آسانی ہو۔ اِس کے علاوہ وضاحت کے لیے بعض مقامت پر اسلامی عقائد کی روشیٰ میں بچھ اضافے بھی کے گئے ہیں۔ لیکن یہ اضافہ مقامت کے خیالات سے متصاوم نہیں۔]

الله تعالی نی نوع انسان کی بھلائی چاہتا ہے۔ ای مقصد کے لئے اس نے دنیا میں بغیر بھیج تاکہ انسانوں کی اصلاح ہو اور وہ صاف سقری اور اچھی زعدگ گزاریں۔

کیا آپ جسانی، ذہنی اور روحانی اعتبار سے ایک اچھی زندگی گزارنا چاہے میں۔ اِس دنیا کی تمام تعتیں انسان ہی کے لئے پیدا کی گئی میں۔ کیا آپ اِن تعتوں سے مجر پور فائدہ اُٹھانا چاہج میں؟

کیا میں آپ کو پھھ ایے راز بتاؤں جو آپ کو صحت اور توانائی بھی ویں اور آپ کو روحانی طور پر بھی مضبوط بنائیں۔

میں آپ کو صرف وعظ و نفیحت نہیں کروں گا بلکہ کچھ الی باتیں بتاؤں گا جن کا میں نے خود تجربہ کیا ہے۔ اور اِن کے مفید ترین اثرات کو اپنی ذات میں

مزیر کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزئے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جيماسوچو وياي بن جاؤ

اس عورت کے خاوند کو لقین تھا کہ اُس کی بیوی چند دنوں کی مہمان ہے۔ یہ خاتون کافی غربی تھی اور اکثر عباوت کے لئے جایا کرتی تھی۔ وہ جاتی تھی گہ دعا ے جسمانی بھار یوں پر قابو حاصل کیا جا مکتا ہے۔

ایک دن اُس عورت نے پکا ارادہ کر لیا کہ وہ دعا کے ذریعے صحت حاصل كرے گا۔ أس نے سوچا كد أكر يارى كے تصور كو ذبن سے فكال ديا جاتے تو وہ بالكل ممك موسحتى ہے۔ اِس شبت خيال سے اِس خاتون كے زبنى رويے ميں تبديلي پیدا ہونے گی۔ اُس کے اندر تبدیلی کی قوتوں نے کام کرنا شروع کر دیا۔ اُس نے یاری کو نظرانداز کر کے بیاری سے متعلق تمام خیالات کو دماغ سے باہر نکال دیا۔ أس كى مثبت سوج أس يراثر انداز مونے لكى اور إس كے ساتھ ساتھ أس كى صحت بھی حرت انگیز طور پر بہتر ہونے لگی۔

موسم بهار کا ایک خوبصورت دن تھا۔ ہر طرف رنگ بھرے ہوئے تھے۔ وہ اپ شوہر کے ساتھ ہرے مجرے درخوں کے درمیان سے گزر رای تھی۔ اچا تک دو زك الى اور كنة كى "من ف أى كو دكھ ليا- بال عن ف أى كو دكھ ليا- وہ خوشى سے چلا رہی تمی ۔ یمی ہے زندگ کی طاقت، یمی زندگ کی حمرت انگیز طاقت ہے۔ أس ك شويرن بوچها-تم ن كيا ديكه ليا ب- زندگى كى طاقت ب تمبارا كيا مطلب ہے۔ يوى نے ہوا سے جھوتے ہوئے درخوں كى طرف اثارہ كرتے ہوئے کیا۔ یہ جوتم رنگا رنگ بھول دیکھ رہے ہو، یہ جو ہوا کے مت جھونکوں سے ورخت لبرا رہے ہیں، یہ جو فطرت کی خوبصورتی حبیس ہر طرف رتص کرتی دکھائی دے ربی ہے، کی ہے زندگ کی طاقت۔ کی ہے فطرت کی تخلیق کی وہ طاقت جو ہر چیز میں رواں روال ہے۔ انبانوں کو بھی تخلیق کی سیر طاقت ری گئی ہے اور میں طاقت انبانوں کی زندگی میں بھی معجزے دکھا کتی ہے۔ جب اُس نے یہ الفاظ کے،

دا کمل طور پر بدل چکی تھی۔ اُس کی آنکھوں میں اعتاد تھا ادر زندگی کی چیک اُس کے چرے یہ رقص کر رہی تھی۔

اس فاتون نے بلند آ داز ہے کہا۔ خُدا نے مجھے بھی زندگی کی بے بناہ طاقت عطا کی ہے۔ ایک مرتبہ کھریہ طاقت میرے اندر بیدا ہو رہی ہے۔ جسے خُدا مجھ میں دوباره نی روح پهونک رها مو اور سينې روح ميري رگ رگ مي واخل مو راي مو محت، توانائی، توت حیات اورئی زندگی میرے وجود کے ایک ایک ذرے میں داخل

اس عورت کے عقیدے نے اُس کی ذات کے اندر ایک شبت تبدیلی کاعمل الروع كردياتها جوابكمل مو چكاتها-أس كےجم نے تمام يماريوں سے نجات يا ل تھی۔ ذہن صاف ہو چکا تھا اور روح میں ایک نئی توانائی پیدا ہوگئ تھی۔ اس کے بعد اس 34 سالمورت نے 96 سال کی طویل عربائی۔

یاد رکیس که آپ کا یکا عقیده أور گهرا ایمان آپ کو جسمانی اور روحانی طور پر صحت منداور توانا بنا سكا ہے۔ اور آپ كے اندر نئ قوتس پيدا ہو على ہيں۔ اب اندرئ توانائی اور قوت تخلیل کرنے کے لئے فیجے دیے گئے فقروں کو مرروز وبرائي - يبل ايك لمبا اور كرا سانس ليس اور چركمين -

- ا\_ میں خوبصورت اور شاندار ہول
  - ۲ یکی میں مجر بور قوت ہے
- سے بچھ میں نے انتہا توانائی اور صلاحیت ہے
  - ہے۔ میری صحت بہت اچھی ہے
  - ۵۔ میں خوشی سے بھر بور ہوں
  - ۲ میرے اندر جذبہ مجرا ہوا ہے

کہ آپ اچھی شہرت کے مالک ہیں۔ جھے بتا کیں کہ کیا کوئی الی بات ہے جو آپ کر بیٹان کر رہی ہے۔

مریض نے میری طرف دیکھا اور کہا کہ میرے دماغ میں ایک طوفان برپا ہے۔ میں بظاہر اچھی شہرت کا مالک ہوں۔ بوی بوی اور اہم ذمہ داریاں سرانجام دبتارہا ہوں۔ لوگ جھے اچھا سجھتے ہیں اور جھ پر بھروسہ کرتے ہیں لیکن میں نے پچھ الیے کام کئے ہیں جو میرے لئے باعث شرم ہیں۔

یں نے کہا کہ آپ بھے وہ باتی بتاکیں۔ بھے پر بھروسہ کریں۔ بس آپ کی باتوں کوراز میں رکھوں گا۔ اُس نے کہا کہ میں ایک انتہائی ساہ کار اور گذگار آدی بول ۔ اگر لوگوں کو میری اصلیت معلوم ہو جائے تو وہ بھے سے شدید نفرت کرنے لگھ

میں نے اُس شخص سے کہا کہ تمہارے مسئلے کا ایک ہی طل ہے۔ تم جھ پر مجروسہ کرو۔ جو گناہوں سے باز مجروسہ کرو۔ جو گناہ تم نے کئے ہیں اُن کا اعتراف کرلو۔ اور آئندہ گناہوں سے باز رہو۔ اس طرح تمہاری خلش دور ہوگی۔ تمہیں سکون حاصل ہوگا اور تم صحت یاب ہو حاؤ گے۔

اس کے بعد اس مریض نے پادری کو سب کچھ بتا دیا۔ خُدا ہے اپنے گناہوں کی معانی مائی اور سے دل کے ساتھ گناہوں سے باز رہنے کا عہد کیا۔ پھر اس نے کہا کہ اب میں اپنے آپ کو بہتر محسوں کر دہا ہوں۔ میں اب گہری نیند سونا طابتا ہوں۔

اس کے بعد اس مریض کو حمرت انگیز طور پر افاقہ ہونے لگا۔ دو ہی دنوں میں اُس کی حالت بہت بہتر ہوگئ۔ ڈاکٹروں نے اُسے ہپتال سے فارغ کر دیا اور وہ محض معمول کی زندگی گزارنے لگا۔ ے۔ میرے اندر زندگی کی طاقت ہے

٨ عجم معلوم ب كه زندگى كى طاقت مير اندركام كر ربى ب

٩- ميرے خُدا مجھے مزيد صحت اور طاقت عطا فرما

١٠ فدا بر چز پر قادر ب اور وه عظیم و برز ب-

آپ بی فقرے پورے ایمان، لفین اور خلومی نیت کے ساتھ دہرائیں۔ آپ کو موس کریں گے کہ چند وتوں کے اندر آپ میں ایک نئی طاقت پیدا ہوگئ ہے۔ آپ کو بید یفین ہونا چاہے کہ خُدا آپ کی دعا اور آپ کی آواز کو سنتا ہے اور آپ جب اُس کو مدد کے لئے پکارتے ہیں تو وہ آپ کی ضرور مدد کرتا ہے۔

انسان کے اندر خُدا نے روح بھونکی ہے۔ اگر آپ کی روح اور آپ کا ذہن برے خیالات اور گناموں سے پاک ہوتو آپ کا جم صحت مند رہے گا۔ اور اگر روح بیار پڑ گئ تو آپ بھی بیار ہو جا کیں گے۔

رون کے بیار ہونے سے متعلق ایک داقعہ سنے۔ بھے نعیارک کے ایک بادری نے بتایا کہ اُسے مہتال میں ایک مریض کو دیکھنے کیلئے بلایا گیا۔ یہ مریض ایک معروف ساستدان تھا۔ اور بہت زیادہ بیار تھا۔

ڈاکٹر نے بتایا کہ ہم نے اِس مریض کا ہر ممکن علاج کیا ہے لیکن کوئی ووا اُسے فائدہ نہیں پہنچاتی۔ اس کی بیاری ہمیں سمجھ نہیں آ رہی۔

پادری نے بتایا کہ جب میں نے مریش کو دیکھا تو جھے اُس کی آگھوں میں ایک جیب طرح کی ماہوی نظر آئی۔ جھے ایل محدوں ہوا جھے اِس آدی کی روح بیار ہے۔ پادری کا کہنا ہے کہ میں اُن دنوں نوجوان تھا اور ایک باتوں پر یقین نہیں رکھتا تھا۔

م نے لوگوں کی غیر موجودگی می رازداران طریقے سے مریض سے بوچھا



جيماسو چونه ويباي بن ماؤ

ای مریش نے دراصل سے دل کے ماتھ گناہوں سے توب کر لی تھی۔ [ كنابول ع قور كا يرتصور تقريا تمام غداب على موجود ب\_ اس سلط على آب و توبہ کے موضوع رینہ ہی کت کا مطالعہ کر کتے ہیں۔]

جب ہم توبہ کر لیتے ہیں اور فدا ہے سے دل کے ساتھ اپ گناموں ک معانی مانک لیتے میں تو خدا ہمیں معاف گر دیتا ہے۔ اس طرح ماری روح پر گناہوں کے جو اثرات ہوتے ہیں وہ وُحل جاتے ہیں۔ مارے مغیر پر جو بوجھ ہوتا ے وہ ار جاتا ہے۔ ہماری روح پُر سکون ہو جاتی ہے اور ہم صحت یاب ہونے لگتے

ایک میڈیکل مروے کے مطابق ہر یانج مومریضوں میں سے جارمو کے قریب مریض ایے ہوتے ہیں جنہیں کوئی جسمانی یماری نہیں ہوتی۔ وہ صرف وائ اور روحانی طور پر بیار ہوتے ہیں۔

کی سوسال پہلے بونان کے بلند یا میر وانشور افلاطون نے کہا تھا کہ ہم روح کا علاج کے بغیر جم کا علاج نہیں کر کتے۔

اب جدید دور می کی جانے والی تحقیق سے بھی مفکرین، دانشور اور ڈاکٹر اِس تیج بر پہنچ ہیں کہ افلاطون کا کہنا بالکل درستہ تھا۔

اگرآپ طاج میں کد کوئی عاری آپ کے قریب ندآئے تو تین چروں کو صاف رکيس يين جم، ذبن اور روح كو .

[جم کو صاف رکنے کا مطلب سے بے کہ آپ کا بدن ہر قتم کی گندگی اور ظاعت سے پاک ہو۔ آپ کی غذا اور باحول صحت بخش ہو اور آپ کی زندگی پاکیزہ اور صاف سخری ہو۔ ذائن کو صاف رکنے کا مطلب سے ہے کہ آپ کے دماغ میں منی فیالات، کنیا مقاصد اور نم عزائم نه تول اور روح کو صاف رکھنے سے مرادید

ع کرآپ گناہوں سے محفوظ ہوں۔ ہروہ بات گناہ ہے جس سے غدا ناخوش ہو، أب كالمير بربوجه مويا خداك مخلوق كوكسي بهي قتم كي تكليف يا نقصان منجي- ] ایک اور بات جس کی طرف آپ کو توجہ دین جا ہے۔ اچھائی اور برائی کا (ن ب- آب کو داض طور پر معلوم ہونا جا ہے کہ کیا اچھا بے اور کیا نما ہے تاکہ أب اچھائی ادر حیائی کو اپنا کر برائی اور گناہ سے فی سکیں۔

فی خالات سے چھکارا عاصل کرنے کے لئے آپ شبت خالات کو الاً مُن - ای طرح مفید اور صحت مند سرگرمیوں کے ذریعے اپنی روح کو توانا کر کے

باريول سے محفوظ رميں -

مرائع جب آپ نیدے بیدار ہوتے ہیں تو اس دن کے لئے آپ کو شبت

اِنفی کی ایک روے کا انتخاب کرنا ہوتا ہے۔

شبت روس لین محنت، جوش و جذبه خود اعماوی، یقین، امید اور منفی روس لینی مایوی، خوف، بریشانی، نفرت، حسد اور غصه-

اگر آپ نے مفی رقبہ اختیار کر لیا تو آپ کا سارا ون پریشانی اور ابتری میں گزرے گا۔ بینفی رؤید محنت، جوش و جذب، خود اعمادی، بقین اور امید جیسی شبت قوتوں کو آپ کے قریب بھی ندآنے دے گا۔

اک سمجھدار آوی ون کا آغاز شبت رقبے کے ساتھ کرتا ہے۔ یہ شبت رقبہ أس مي شبت جماني اور روحاني قوتوں كومتحرك كرتا ہے۔ اينا آوى دل بحر سرگرم اور فعال رہتا ہے اور منفی تو تیں اس پر غلبہ حاصل نہیں کر سکتیں۔

ایک اہم امر کی ریاست کے گورز ولبر کا کہنا ہے کہ میں ہر روز مج مورے بیدار ہو کر بوے اعماد اور لقین کے ساتھ اینے آپ سے کہما ہوں کہ ولبر آج تو بہت بی اچھا دن ہے۔ آج کا ون بہت ہی شاندار ہوگا۔ ہرروز سے کہنا ولبر کا معمول

مياء جورياي بن جاد طاقت برحالى --ا۔ زندگی میں اُن کی پرواز شاہین کی طرح ہوتی ہے۔ ۲۔ وہ مجی ناکام نہیں ہوتے۔ ا۔ اُن کی پرواز اور اُن کی کامیا بیوں کی کوئی حد نہیں ہوتی۔ ٹی جی اُن میں سے ایک ہوں۔ اس لئے جو کوئی بھی میری صحت اور توانائی كاراز جانا جابتا ب- وه مرى بتائد موئ رائے ير يلے-اپے یقین کوفولاد کی طرح مضوط بنائے اور اپنی طاقت میں اضافہ کرے۔ برلحدائي مزل پر نگاه رکھے اور اپنے تمام خیالات کو اپنے نشانے پر مرکوز کر دے۔ ایک مرتبہ بھے ایک خط موصول ہوا۔ ایک خاتون نے مجھے کھا تھا کہ آپ جب مارے شہر میں آئیں تو مجھے ضرور اطلاع دیں۔ میں آپ کو اپنے شوہر سے طوانا عاتی نبول جو کی زمانے میں بہت کامیاب آوی تھا۔ لیکن اب وہ کاردبار میں بالكل ناكام مو چكا ب- وه سارا دن بيشا خلا مي كهورتا ربتا ب اور اعصالي مريش أے این ناکای کی وجہ سمجھ میں تیں۔ واکٹروں کا کہنا ہے کہ کوئی بات اُس کے زائن میں بیٹے گئی ہے۔ جب تک وہ بات اُس کے زائن سے نہیں لگتی وہ تھے ہیں ہوگا۔ جب میں اُس فخص سے ملاتو وہ بہت بیار دکھائی دیا۔ میں نے اُس سے کہا كركيا آپ كے زہن بي كوئى الى بات ہے جو آپ كو پريشان كر رہى ہے۔ يى · آپ کا ہدرد ہوں۔ آپ مجھ بتا کیں کہ آپ کو کیا سئلہ در پیش ہے۔ جو بات آپ

کو بریشان کر رہی ہے وہ مجھے بتا کیں تاکہ آپ کا ذہن خالی ہو جائے۔

مں نے اُس شخص سے کہا کہ جو بات بھی آپ کے زائن میں آتی ہے دہ

جيماسوچو ويباي بن جاؤ بن چکا ہے۔ اِس لئے اُس کا ہر دن شاندار بی گررتا ہے۔ اُس کا يقين اتا مضبوط ہو چکا ہے کہ اُس کا کہا ہوا واقعی کی ٹابت ہوتا ہے۔ آب جب منح کو بیدار ہول تو اپ عقیدے اور ندہب کے مطابق عبادت ك بعد دعا كے لئے ہاتھ أثفاكي اور دعا ماتكي اور يہ بھي كبيں۔ ا۔ اے فدا تیراشر بے کہ و نے بچھے صحت اور عافیت عطا کی۔ r اے خُدا تیما شکر ہے کہ تو نے میرے بیوی، بچول اور خاندان کو سلامت رکھا۔ ٣- آج كا دن بهت بى مبادك ب- يه دن مرك لخ بهت ى خوشيال لايا الم في امد ع كدا ن ش اقته كام ع كرول كار ۵- آج کا دن میرے لئے خوتی، مجت، کامیانی اور کامرانی کا دن ہے۔ ال کے بعد آپ اظمینان کے ساتھ روزانہ کے کام کاج کے لئے روانہ ہو جائیں۔ آپ دیکھیں گے کہ آپ کا ہرون (انشاء اللہ) کامیابی کا ون ہوگا۔ ایک مرتبہ ایا ہوا کہ میں نے فیر معمولی طور پر اچھی تقریر کی۔ 45 من گزر مے لین مجعے وقت گزرنے کا احمال بی نہ ہوا۔ ایک اخباری نمائندے نے جو میری تقريان رباتها بھے سے بوچھا كرآب نے الى اچھى اور زوروار تقرير كيے كى؟ شاید وہ اخباری نمائندہ بیہ پوچھنا چاہتا تھا کہ میں خوراک میں کون سی غذا کیں استعال کرتا ہوں، میں سوتا کئی دیر ہوں اور میرے ورزش وغیرہ کے کیا معمولات ہیں۔ اُس کا خیال ہو گا کہ میری اچھی صحت نے بچھ ٹس زور بیان پیدا کیا ہے۔ می نے اُسے جواب دیا کہتم میرے زور بیان اور میری صحت کا راز جانا عاجے ہوتو پھر سنو۔ - جو لوگ اميد كا داكن نيس چهوزت، ده بحى كزور نيس پرت- - اميد أن ك

"مرے اندر الی قوت پیدا ہو گئ ہے جو میرے وجود سے ہر خرابی کو دُور کر ، ی ہے۔ میں اپنے اندر ایک نئ تو انائی محسوس کر رہا ہوں۔ میرا پوراجم تھیک تھاک ارمی مند ہوتا جا رہا ہے۔ جھے محسوس ہو رہا ہے کہ میرے اندر ایک تی زندگی پیدا یہ فطرت کا ایک اصول ہے کہ جب اپنی صحت کے بارے میں آپ کے فِالت مثبت ہوتے ہیں تو آپ کی وہنی اور روحانی قوتی آپ کوصحت مند بنانے کا الم فروع كر ويتى بين اور آب صحت مند مون كلته بين-عالکیر شیرت کے مالک ڈاکٹروں کا متفقہ فیل ہے کہ انسان پر زیادہ تر المرال أس كى منى سوچ كى وجد سے حمله آور موتى يوس انسان كى سوچ ميلے يار بوتی ہے اور جم بعد میں۔ باریاں پہلے نفیاتی ہوتی جی اور بعد میں جسانی بنی عُدانے انسان کے جم میں باریوں سے مانعت کی قوت رکھی ہے۔ انسانی جم میں ایک ایسا نظام ہے جو بیار یوں کو جملہ آور نہیں ہونے دیتا۔ اچھی سوچ ، تقیری خیالات اور شبت روّیے بیار اول سے مافعت کے اس نظام کومضبوط بناتے ہیں۔ ایں لئے یاد رکیس کہ اچھا ذہن، اچھے خیالات اور اچھے رویے صحت مندجم \_\_\_\_\_\_ الفاظ میں اور ماہر بن نفیات نے مخلف الفاظ میں اس حقیقت کو بڑے بڑے ڈاکٹروں اور ماہر بن نفیات نے مخلف الفاظ میں مریضوں کو بید نسیحت کرنا ہوں کہ اگر تم نے لبی عمر پانی ہے تو بمیشہ خوش رہو۔ لیکن مریضوں کو بید نسیحت کرنا ہوں کہ اگر تم نے لبی عمر پانی ہے تو بمیشہ خوش رہو۔ لیکن

اگر دن بھر میں دس من بھی آئی خوشی گزار کئے جا کیں جب بھی عمر میں اضافہ ہو جاتا

جیماسوچو۔ویبای بن حاؤ ایک ایک کر کے مجھے بتا کیں۔ آپ نے جو اچھے کام کے ہیں وہ بھی بتا کیں اور جو غلط کام آپ کے ماتھوں سے ہوئے ہیں وہ بھی بتا کیں۔

مں نے اُس سے کہا کہ بھی آدی سے جو غلط کام جو جاتے ہیں وہ اُس ے ذہن یر ایک بوجھ بن جاتے ہیں۔ ایک کانے کی طرح اُسے چھیتے رہتے ہیں۔ اس بوجھ کو ذہن سے اتار مجھکو۔ اس سے تمباری روح پر سے بوجھ لما ہو جائے گا۔ "خُدا مجھے معاف کرے" وہ جلہ تھا جس سے اُس مخف نے این گفتگو کا آغاز کیا۔ پھرائس نے جو کہنا تھا کہا اور میں دم بخودائس کی کہانی سنتا رہا۔

بحروہ شخص احا مک اُٹھا اور کہا کہ اب میں بہتر محسوں کر رہا ہوں۔ اُس نے انگرائی لی، این بازو بھیلائے اور لمبا سانس لیتے ہوئے کہا "اے خُدا تیرا بہت شکر

میں نے اُس شخص سے کہا کہ خدانے انسان کو پیدا کیا ہے۔ جس نے پیدا كيا ہے وہ أے بيدا ہونے كے بعد تبديل بھى كرسكا ہے۔ وہ جب طاب انسان کے اندراک بڑی تبدیلی لاسکتا ہے۔

تم دیکھو مے کہ تہارے اندر تبدیلی کاعمل شروع ہو چکا ہے۔ تہارا ذہن بوجہ سے آزاد ہو چا ہے۔ اب تمباری صحت بہتر ہوتی چلی حائے گا۔ این خطاؤل کے اقرار اور گناہوں سے آئندہ دور رہنے کا پختہ ارادہ کرنے سے انبان کے اندر کچے ایس میت قوتی کام کرنا شروع کر دیتی جل جو اس کے ذہن، اعصاب اور صحت پر انتہائی خوشگوار اثر ڈالتی ہیں۔ اور یہ اثر صاف دکھائی بھی دیتا ہے۔

میں نے اُس شخص سے کہا کہ تہارے اندر تبدیلی کا بیمل شروع ہو چکا ہے۔ تم د کھنا کہ تمہاری صحت بھی بہتر ہوتی چلی جائے گی۔

تم روزانه تنهائي مِن بيثه كريه الفاظ وبراما كرويه

مزید کت یڑھنے کے لئے آج ہی وزے کریں: www.iqbalkalmati.blogspot.com

مباس چه دیای بن جاد

وچے ہوئے سو جایا کرو۔

میری باتوں کا سٹیو پر گہرا اڑ ہوا اور اُس کی آ کلمیں بھیک گئیں۔ میں نے اُس کے آگل میک گئیں۔ میں نے اُس کے کہا کہ تم پُرسکون اور خوش رہا کرو۔ اس طرح ایک روز تم بالکل ٹھیک ہو جاؤ

سٹیو میں ایک کری عادت پیدا ہو چی تھی۔ وہ ہر وقت اپنے بارے میں سوچتا رہتا تھا۔ میں نے اُے کہا کہ تم ہر قتم کے خیالات کو اپنے دہائ سے نکال دو۔ جھے یہ فدشہ تھا کہ اگر سٹیو نے جلد ہی اپنے خیالات سے چھٹکارا حاصل نہ کیا تو ہو سکتا ہے کہ وہ خورشی کر لے کیوں کہ اُس نے اپنے بارے میں سوچ سوچ کر ایسے حالات پیدا کر لئے تھے جو اُسے تیزی سے موت کی دہلیز کی طرف لے جا رہے

میں نے اُسے کہا کہ تم اپنے خیالات کو شبت بناؤ۔ یہ دوا کی طرح کام کریں گے۔ بھی امید، محبت اور یقین آ پ کو محرک کرتے اور یقین کا دائن ہاتھ سے نہ چھوڑو۔ امید، محبت اور یقین آ پ کومتحرک کرتے اور خوشیاں حاصل کرنے میں مدد ویتے ہیں۔ روح کی بیاری کی سے مؤثر دوا ''امید'' ہے۔

اگریزی زبان کے شہرہ آفاق ادیب اور شاعر شکیمیر کا کہنا ہے کہ مصیب کے ماروں کے لئے امید سے بڑی کوئی دوانہیں ہے۔ گویا شکیمیر کے نزدیک امید ایک صحت مند کرنے والی دوا ہے۔

[الہای کابوں میں اللہ تعالی کی رحمت کا جوتصور ہے دہ بی ہے کہ اللہ تعالی اے ہرمصیت، پریشانی اور بیاری سے نجات کی دعا کی جائے اور یہ امید رکھی جائے کہ اللہ تعالی ہے دعا قبول کرے گا۔ قرآن مجید کی سورۃ الزمر آیت ۵۳ میں کہا گیا ہے اللہ تعالی ہے دعا جنہوں نے اپنی جانوں پر زیادتی کی خدا کی رحمت سے کہ اے میرے بندو! جنہوں نے اپنی جانوں پر زیادتی کی خدا کی رحمت سے

10 ---- جيما سوچو ـ ويما بي ما و

رابرٹ لوئی کہتے ہیں کہ اگر آپ نے خوثی کو گوا دیا تو تجھیے کہ آپ نے اپنا سب کچھ گوا دیا۔

ایک اور دانشور اپنی کتاب میں لکھتے ہیں کہ جہاں خوشی ہوگی وہاں سب پچھ ٹھیک ٹھاک رہے گا۔

[ ڈیل کارٹیکی کا کہنا ہے کہ ڈاکٹر سرت سے بردا کوئی ڈاکٹر نہیں لیعنی خوشی ہر ردگ کا علاج ہے۔]

ایک اوجر عرکے شخص سٹیو کو دو مرتبہ دل کا دورہ پر چکا تھا۔ دونوں مرتبہ علاج سے دہ بہتر ہوگیا گئا۔ دونوں مرتبہ علاج سے دہ بہتر ہوگیا کہ اُسے تیری مرتبہ بھی دل کا دورہ پر سکتا ہے۔ اُس کا کہنا تھا کہ تیری مرتبہ دل کے دورے میں میں ذیدہ نہیں بچوں گا۔

من نے اُس سے کہا! سٹیو میری بات خور سے سنوں۔ تم اپنے بے جا خوف
کی وجہ سے خود دل کے تیرے دورے کا بندوبت کر رہے ہو۔ تم خود دل کے
دورے کو دوحت دے رہے ہو۔ مجھے دکھائی دے رہا ہے کہ تم خوش نہیں ہو۔ تمہیں
چاہیے کہ تمہارے ذہن میں دل کے تیرے وورے کا جو وہم اور خوف ہے اُسے
اپنے دہاغ ہے لکال دو۔ اِس منتی خیال سے نجات عاصل کرو اور خوش رہو۔
میرے ایک ڈاکٹر دیں سے میں میں کہ اور خوش رہو۔

میرے ایک ڈاکٹر دوست کا کہنا ہے کہ اگر تم خوش رہو گے تو سکون میں رہو کے اور اور موں رہو۔

اور اس سکون کی وجہ سے شہیں بھی دل کا دورہ نیس بڑے گا۔ تمہاری بیاری کی دورہ نیس بڑے گا۔ تمہاری بیاری کی دورہ تمہارے پاس ہے اور وہ دوا ہے "خوش رہنا"۔

من نے سٹیو سے کہا کہ رات کو جب تم سونے کے لئے بستر میں جاؤ۔ تو اپنا اتھ اپنے دل پر رکھ لیا کرو اور بیسوچا کرو کہ تمہارا دل بالکل ٹیک ہورہا ہے اور بیہ

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

ماموح وربای بن جاد

بیار پردیاں میں بیا ہے۔ بیاری آپ کو دبوج لے گا۔ بیا ہی اپنی باری آپ کو دبوج لے گا۔ بیا ہی اپنی باری آپ کو دبوج لے گا۔ بیا ہی نہ سوچیں کہ آپ کی ہے کمتر ہیں۔ اپنی ناکا می کے بارے میں کوئی اندیشہ ذہن میں نہ لائیں۔ اپنی ذہن میں امید کی شمع روش کریں اور اِس شمع کی روشن کو برھاتے با لئیں۔ اپنا کرنے سے تمام منفی خیالات آپ کے ذہن سے نکل جا کیں گے۔۔

### باب: 9 كى اہم ترين باتيں

- گرا ایمان اور یقین کامل صحت کو تھیک رکھتا ہے۔ جو لوگ اپنے اندر یقین کی قوت رکھتے ہیں وہ نہ صرف چھوٹی بیاریوں بلکہ بڑی بیاریوں سے بھی محفوظ رہے ہیں۔
- ۱۔ اچھے خیالات زندگی پر اچھا اور کرے خیالات کر اگر ڈالتے ہیں۔ اگر آپ کی روح اور آپ کا ذہن کرے خیالات اور گناہوں سے پاک ہوتو آپ کا جمم صحت مندرے گا اور اگر روح بیار پڑگئ تو آپ بھی بیار ہو جا کیں گے۔
- س۔ انسان پر زیادہ تر بیاریاں اُس کی منفی سوچ کی وجہ سے حملہ آور ہوتی ہیں۔
  انسان کی سوچ پہلے بیار ہوتی ہے اور جسم بعد میں۔ بیاریاں پہلے نفسیاتی ہوتی
  ہیں۔
  ہیں اور بعد میں جسمانی بنتی ہیں۔
- ۳۔ اچھا ذہن، اچھے خیالات اور اچھے رویے صحت مند جم کی صانت ہیں۔ اگر آپ مطمئن اور خوش رہیں گے تو سکون میں رہیں گے اور اس سکون کی وجہ ہے۔ سے بیار یوں سے بھی محفوظ رہیں گے۔
- ۵۔ اگر آپ چاہے میں کہ کوئی بیاری آپ کے قریب نہ آئے تو تین چیزوں کو صاف رکھیں۔ لینی جم، ذہن اور روح کو۔

المد نہ ہونا۔ خدا تو سب گناہوں (خطاؤل) کو بخش دیتا ہے۔ وہ تو بختے والا علمید نہ ہونا۔ خدا تو سب گناہوں (خطاؤل) کو بخش دیتا ہے۔ وہ تو بختے والا مهربان ہے۔ مورة الکھف آیت ۱۰ ش یہ دعا غرکور ہے کہ اے ہمارے پروردگار ہم پرانے ہاں سے رحمت نازل فرما اور ہمارے کام ش درتی (کے سامان) مہیا کر۔ یہ آیات اہل ایمان میں الی امید پیدا کرتی ہیں جنہیں کوئی مایوی یا ناکای فکات نہیں دے کتی۔

ریک میں دی گئی اِن چند سطور کے اضافے کے بعد ہم ڈاکٹر نارس کی کتاب کی طرف واپس آتے ہیں۔

ذاکر نارکن بتاتے ہیں کہ ایک مرتبہ میں اپنی کارکو ورکشاپ لے گیا۔ باتوں باتوں میں مکینک بھے سے کہنے لگا کہ کار کے انجن کو طاقت ور رکھنے کے لئے لمری کیشن (Lubrication) کی ضرورت ہوتی ہے۔ لیحنی ایے مومل آئل کی جو انجن کو رواں دواں رکھے۔ ای طرح میں کہتا ہوں کہ ذہمن کو طاقت ور رکھنے کے لئے امید کی غرورت ہوتی ہے۔

امید ذہن کو صحت مند اور متحرک رکھتی ہے اور امید کی طاقت کے ذریعے ہی ہم بری بری کامیان عاصل کرتے ہیں۔

آب جو بکھ بنا چاہتے ہیں اُس کو واضح طور پر اپنے ذہین میں رکھیں اور پھر امید کی طاقت کے ساتھ آگے برھیں۔ اپنی اعلیٰ ترین ذہنی صلاحیتوں کو استعال کریں۔ حوصلے اور جرائت سے جو پکھ ضروری ہو وہ کریں۔ پھر آپ جو پکھ بنا چاہتے ہیں ضرور بنیں گے۔

اگریم کہا جائے کہ آدی رہی چکے ہوتا ہے جو اُس کی موج ہوتی ہے تو سے
بات بالکل درست ہو گی۔ ہم دہ سب پکھ کر کے ہیں جو ہم موج کے ہیں۔ شبت
مرین سے ہر مزل حاصل ہو کتی ہے اور ہر خواہش پوری ہو کتی ہے۔

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

. 1 ————— جيماسوچو ـ ويياس عن م

باب: 10

## منفی سوچ کو مثبت بنا کیں۔ مگر کیسے؟

میں یقین کے ساتھ کہ سکتا ہوں کہ سب لوگ مثبت سوج لے کر اِس دنیا میں آتے ہیں کیونکہ میں نے آئ تک کوئی ایسا چرہنیں دیکھا جو منفی سوج رکھتا ہو۔

لکن بعض نیچ ضرور ایسے ہوتے ہیں جو منفی سوج رکھنے والے خاندان میں پیدا ہوتے ہیں۔ ایسے بچ اپنے بروں کے طرفے ممل اور اُن کی منفی باتوں کا اثر قبول کر کے اپنے ارمنفی سوج پیدا کر لیے ہیں۔ اور جب وہ بڑے ہوتے ہیں تو اُن کی کرکوں اور افعال سے منفی رقیہ ظاہر ہوتا ہے۔

کن سے بچ بحی جب جوانی کی دہلیز پر قدم رکھتے ہیں اور اُن کی عمر ہیں موج بیدا کرنے ہیں مال کے درمیان ہوتی ہے تو وہ شبت موج اپنانا چاہتے ہیں۔ تاہم شبت جانے کے بعد اُن کی منی موج پختہ ہو چکی ہوتی ہے اور ظاہر ہے کہ منفی موج کو شبت بنانے میں بچھ وقت ضرور لگتا ہے۔ کین انسان اگر پختہ ارادہ کر لے تو وہ منفی خالات سے نجات عاصل کر کے شبت خیالات اپنا سکتا ہے کیونکہ انسان میں خدا نے پانی عادات کوختم کرنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔

جدید تحقیق سے میہ بات تابت ہو چی ہے کہ انبان اگر منقی موج اور ردّ نے کو برانا میں میں میں اور درّ نے کو برانا میں کہ اور دیّ کی ادادے اور دیّے کا ہونا مردی ہے۔

ياك حرت الكيز ردهاني ترب كرجب آپ اپنے خيالات بدل ليح

ے۔ می نے خود تجربات کئے ہیں اور میں یقین سے کہہ سکیا ہوں کہ منفی سے بن ہونا ممکن ہے۔ اور ایبا ہوتا بھی ہے کیونکہ انسان کو آ خرکار فطرت کی جانب

المُن آنا پڑتا ہے۔ میں خود بھی ایک زمانے میں بے بھینی کا شکار ہو گیا تھا۔ اُس وقت میں فربران تھا۔ میں نے جو مقاصد حاصل کرنے تھے وہ مجھے حاصل ہوتے وکھائی نہیں وے رہے تھے۔ مزل بچھ سے دُور تھی۔ ان حالات میں میں ایک منفی سوچ رکھنے والاقتص بن گیا تھا۔ میں اِس کیفیت میں وو سال تک جٹلا دہا۔ پھر میری زندگی میں ایک مججزہ ہوا اور میری سوچ اور خیالات صحیح راتے پر آگئے۔

میں ایک سینی میں سیزمینوں کو تربیت وے رہا تھا۔ وہاں ایک فخض مجھے طنے

کے آیا۔ اُس نے کہا کہ بجھے بید معلوم نہیں تھا کہ آ دی شبت سوچ کو اپنا سکتا

ہے۔ لیکن آپ کی ٹریننگ ہے میں نے بید سیھا کہ اپنے اندر کھل تبدیلی کیسے پیدا کی

جا کتی ہے۔ فُدا کا شکر ہے کہ میں سیدھے راتے پر آ گیا ہوں۔

ہا کتی ہے۔ فُدا کا شکر ہے کہ میں سیدھے راتے پر آ گیا ہوں۔

اس مخف نے کہا کہ میں نے قطعی فیصلہ کر لیا تھا کہ میں آج اِن منفی خیالات

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

بے ادر مبت رقبہ افتیار کرنے کی شدید خواہش پیدائمیں ہوتی۔ أن لاك نے بتایا كرمرا فاندان ديهات ميں رہتا ہے اور بے حد غريب ب يرا والد ديبات سے باہر مجى نہيں گيا۔ وہ محيوں ميں كام كرتا ہے اور أس کارن آلات بھی پرانی قتم کے ہیں۔ اُن کا زرقی رقبہ بھی بہت ہی کم ہے۔ ہم ال بیشہ مالی مشکلات اور غربت کا شکار رہے ہیں۔ مارے گھر میں ہمیشہ منفی قتم کی نقلو ہوتی ہے۔ بورے گھر پر مایوی کا ماحول طاری رہتا ہے۔ میں نے گھر میں مجھی کی ہے خوشی اور امد کا لفظ نہیں سا۔

أس لا كے كى گفتگو ميں بے حد مايوى تھى۔ أس نے مجھے بتايا كہ أيك روز ادے سكول ميں ايك مامر نفيات آيا جس كى الفتكو مجمع بہت الجھى لكى۔ أس مامر نعیات نے بتایا کہ منفی خیالات کو دور کر کے ادر شبت سوچ پیدا کر کے زندگی کو بہتر - الما ما مك عـ

یراز کا مرے پاس ای لئے آیا تھا کہ بھے سے کچھ راہمائی حاصل کرے اور ای سوچ کو بدل کرایے حالات کو بدل لے۔

الرے کے اندر خود کو بدلنے کی جو خواہش پیدا ہوئی بھی دہ یہ ظاہر کر رہی تھی کہ وہ روحانی تبدیلی کے عمل سے گزر رہا ہے اور اُس کے ذہن اور روح میں زبروست تبدیلی پیدا ہورہی ہے۔

جب بھی انسان کی شخصیت میں یہ بنیادی تبدیلی پیدا ہو رہی ہوتی ہے۔ اور وہ منفی سوچ کو چھوڑ کر شبت سوچ اپنا رہا ہوتا ہے تو اُس کے اندر گویا ایک زلز لے کی ى كيفيت ہوتى ہے۔ إس ال ليك كے دوران جب مفى سے مثبت فنے كاعمل كمل مو جاتا ہے تو آ دی کے خالات میں توازن پیدا مو جاتا ہے اور اُس کا ذہن پُرسکون ہو جاتا۔ اِس کے بعد اُس کے زئی رؤیوں، طرزِ عمل ادر عقطو مس بھی مثبت تبدیلی آ

جيماسوچو-ديمان بن جادُ ے نجات حاصل کر لوں گا۔ إن مِنْ خيالات نے بچپن بی سے ميرے دماغ پر بعند، كر ركها تفا\_آب كي الفتكوين كر ميرك اندر إن مفى خيالات سے چھكارا ماصل كرنے كى شديد ترين خواہش پيدا ہوئى اور پھر اچاكك وہ تمام منفى خيالات ميرے دماغ ہے مٹ گھ

کیا یہ کوئی معجزہ تھا۔ وہ مخص کی ذہبی قتم کے خاندان سے تعلق نہیں رکھتا تھا۔ لیکن اُس کے اندر ایمان، عقیدہ اور یقین تھا۔ اِس یقین نے اُس کے خیالات کو شبت ہونے میں مدد دی۔ اِلْقِین ایک ایس طاقت ہے جو آپ کولحہ بجر میں بدل عتی

أس مخفى نے كہا ميں نے واضح طور پر ديكھا كم منى خيالات مجھ سے دور ہو رے ہیں۔ یعے کوئی منفی احماس میرے دماغ سے نکل رہا ہے اور میرادماغ صاف موتا چلارہا ہے۔ میں نے اسینے بورے جم میں ایک سناہٹ ی محسوس کی۔ اُس مخض نے کہا کہ میں شبت سوج کے بارے میں بچھ اور جاننا اور بیکھنا جا ہوں۔

من نے أے بتایا كر جب آدى كے اندر شبت موج آ جاتى ہے تو إى سے اُس ك اندر لقين كى طاقت بيدا بونى ب- إس طاقت بده انى صلاحتول مس اضافہ کر سکتا ہے۔ کی اس سارے عمل کا بنیادی اصول ہے۔

میں پہلے بھی آپ کو بتا چکا ہوں کہ کچھ لوگ پیدا ہی شبت خیالات کے ساتھ ہوتے ہیں۔ مبت سوی اُن کی فطرت اور اُن کے تیر کے اندر موجود ہوتی ہے۔ پھر بچین میں اُن کو جو ماحول ملا ہے وہ بھی مبت ہوتا ہے۔ اُن کے والدین اور عریز و ا قارب وغیرہ بھی مبت خیالات کے حال ہوتے ہیں۔ ایسے لوگوں کو ایک بنا بنایا راستل جاتا ہے اور انہیں مفی سے ثبت ہونے کی تبدیلی سے نہیں گزرتا پرتا من أن رول اللافا من تما ـ ايك لوجوان تجمع ملت آيا ـ أس في بتايا ك

مزید کشیر ہے کے لئے آج ہی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

جيها سوچو ـ ويياي بن جادُ

جاتی ہے۔

[اب ضروری معلوم ہوتا ہے کہ منفی اور شبت سوچ کا بھی جائزہ لیا جائے اور یہ دیکھا جائے کہ کون ک باتمی منفی سوچ کے دائرے میں آتی ہیں اور کن باتوں کو شبت سوچ کہاجائے گا۔ ہم منفی سوچ کا اپنے مقامی معاشرے کے تناظر میں جائزہ لیں گے۔]

مارے معاشرے میں منفی سوچ کی چند مثالیں

مکن نہیں، مشکل ہے، نامکن ہے، کے ہو سکتا ہے۔ قسمت کو منظور نہیں۔
ہاری قسمت میں نہیں تھا۔ ہماری برشتی تھی۔ کی نے جادو کر دیا ہے۔ ہم پر کالا
جادد ہو گیا۔ کی نے تعویذ کے ہوئے ہیں۔ کوئی بندش ہے۔ کی دہمن کا کام ہے۔
کی جن یا پری کا سامیہ ہے۔ جن داخل ہو گئے ہیں۔ کی عامل کے پاس چلتے ہیں۔
کی مزاد پر جا کر منت مانتے ہیں۔ کی ت تعویذ یا جادو کا تو ژکر اتے ہیں۔ فلال
بڑا پہنچا ہوا ہے اُس کے پاس چلتے ہیں۔ یہ ہوائی چزیں ہیں۔ یہ کی بدروح کا کام
کے۔ کی بیرفقیر یا عامل کے پاس چلتے ہیں۔ فلال بایا ہے وہ ڈیڈا مارتا ہے اور سب
کام ٹھیکہ ہو جاتے ہیں۔ کالی مرغی ذرائ کرو۔ خون چیزکو، کیل گاڑھو، سات کوؤں کا کار انہا کو اور اِس قسم کی سیکٹروں دوسری خرافات اور
پائی اکٹھا کرو، بیری کے جے ایال کر نہاؤ اور اِس قسم کی سیکٹروں دوسری خرافات اور
تو ہماتے جن سے آئے ون جمیں واسط پڑتا ہے۔ ہمارے سننے میں آئی ہیں یا ہم

منبت سوچ کی منالیس دی جائیس تو وه کچھ لیول ہوں گی منالیس دی جائیس تو وه کچھ لیول ہوں گی منالیس بہر نامکن نہیں، کوشل کی جائے تو کیا ممکن نہیں، ضرور ہوگا، ضرور کا ماری مدد کرے گا، انشاء اللہ، اللہ کے فضل و کرم ہے،

مار درای بن جائد الله علی نیک تمناؤں ہے، ماں باپ کی دعاؤں ہے، بزرگوں آپ کا دعاؤں ہے، بزرگوں کا دعاؤں ہے، آپ کی نیک تمناؤں ہے، ماں باپ کی دعاؤں ہے، صبر کا کھیل کا دعاؤں ہے، الله علی کا اجر ضرور دیتا ہے، محنت کا کھیل ضرور ملک ہے، صبر کا کھیل کی دوا پیدا کی بینا ہے، جو کوشش کرے گا وہ ضرور پائے گا، الله تعالی نے ہر بیاری کی دوا پیدا کی ہے، جن جادہ مایہ وغیرہ کچھ نہیں ہوتا ہے سب وہم اور تو ہمات ہیں۔ انشاء الله آپ موت یاب ہوں گے۔ میں الله کے فضل و کرم ہے بالکل ٹھیک ٹھاک ہوں۔ خوش رہا کریں، ہنتے سکراتے رہا کریں۔ ہر سکی کے بعد کشادگی ہے۔ ہر رات کی سحر ہے۔ الله المراجی قدر گہرا ہو گا صبح آئی ہی قریب ہوگی۔ سب شکلیں دور ہوں گی۔ سب مشکلیں دور ہوں گی۔ سب ماکل حل ہو جا کیں گے۔ الله بہترین کارساز ہے۔ الله رازق ہے۔ اس نے ہم ماکل حل ہو جا کیں گے۔ الله بہترین کارساز ہے۔ الله رازق ہے۔ اس نے ہم جاندار کے رزق کا بندوبت کیا ہے۔ خدا پر بھرو۔ رکھو۔ جو الله پر بھرو۔ کرتے ہیں الله اُن کی ضرور مدد کرتا ہے۔ الحمد لله اور ایس ہی لا تعداد دوسری با تیمی اور کلمات جو الله اُن کی ضرور مدد کرتا ہے۔ الحمد لله اور ایس ہی لا تعداد دوسری با تیمی اور کلمات جو الله اُن کی ضرور مدد کرتا ہے۔ الحمد لله اور ایس ہی لا تعداد دوسری با تیمی اور کلمات جو الله اُن کی ضرور مدد کرتا ہے۔ الحمد لله اور ایس ہی لا تعداد دوسری با تیمی اور کلمات جو الله اُن کی ضرور مدد کرتا ہے۔ الحمد لله اور ایس ہی لا تعداد دوسری با تیمی اور کلمات جو الله اُن کی ضرور مدد کرتا ہے۔ الحمد لله اور ایس ہی لا تعداد دوسری با تیمی اور کلمات جو

امید، موصد اور -ین پیدا سرے بین ا بریک میں دی گئی منفی اور عبت سوچ کی چند مثالوں کے اضافے کے بعد ہم ڈاکٹر نارمن کی کتاب کی طرف والیس آتے ہیں۔ ڈاکٹر نارمن کہتے ہیں۔ منفی سوچ ہیشہ جاہ گن عابت ہوتی ہے۔ اِس کے بدترین نتائج برآ نہ ہوتے ہیں۔ منفی سوچ والے لوگ ریتین اور شکوک و شبہات میں جاتا رہتے ہیں۔ اُن کے کام کرنے کی اور سائل کو حل کرنے کی صلاحت صفاوح ہو جاتی ہے۔ منفی سوچ اُنہیں بیار کر دیتی ہے۔ اُنہیں طرح طرح کی ذہنی اور جسمانی بیاریاں لاحق ہو جاتی ہیں۔ وہ حقائق منظریں جمانے اور سالیوں اور مفروضوں کے بیچے دوڑنے گئے ہیں، وہ ناکام اور ماہوس ہو جاتے ہیں اور آخرکار ایک روز جاہی کے گڑھے میں رگر کر ہلاک ہو جاتے

ں۔ اس کے برعکس عثبت سوچ رکھنے والے لوگ مقبوط ہوتے ہیں۔ اُن کا یقین عبیاسوچہ۔ویبای بن جاؤ جیاسوچہ۔ویبای بن جاؤ چنہ ہوتا ہے۔ اُن میں خوداعمادی ہوتی جائو ہوتی ہے۔ اور دہ بر مشکل کا سامنا حوصلے کے ساتھ کرتے ہیں۔ وہ ایسے لوگ ہوتے ہیں جو ناساعد طالات اور مشکلات میں بھی اپنا راستہ بنا لیتے ہیں۔ وہ آندھیوں اور خوانوں کا مقابلہ کرتے ہیں اور کھی فکست قبول نہیں کرتے۔ یہ لوگ زندگ کے افزانوں کا مقابلہ کرتے ہیں اور کھی فکست قبول نہیں کرتے۔ یہ لوگ زندگ کے

طوعالوں کا مقابلہ کرتے ہیں اور جمع فنکست فبول نہیں کرتے۔ یہ لوگ زندگی کے کارزار میں بیشے نتج یاب رہے ہیں۔

منی موق سے نجات عاصل کرنے اور شبت موج اختیار کرنے کا عمل کیے شروع ہوتا اور آگے برھتا ہے؟ یہ عمل جھوٹے جھوٹے سائل کے متعلق شبت نظریات قبول کرنے سے شروع ہوتا ہے۔ اِس کے بعد ذہنی ردّیے میں تبدیلی آئے لگتی ہے۔ اور آوی ''نہیں ہو سکیا'' کی بجائے ''ہو سکتا ہے'' کے الفاظ استعال کرنا شروع کر دیتا ہے۔

ذبکن میں نے نظریات کی وجہ سے تازگی بیدا ہونے لگتی ہے اور طاقور خیالات الجرفے شروئ ہو جاتے ہیں اور پھر بار بار "دمکن ہے" کے الفاظ دہرانے سے سے خیالات مزید طاقور ہوتے بطے جاتے ہیں۔ اِس طرح ایک ایک کر کے منی خیالات ذبکن سے خارج ہونا ہو جاتے ہیں۔ اور ایک دن ایا آتا ہے جب خیال سے شہت ہونے کا ممل ہم جاتے ہیں۔ اور ایک دن ایا آتا ہے جب خی سے شہت ہونے کا ممل ہم جاتے ہیں۔ اور ایک دن ایا آتا ہے جب

شبت ہونے کے بعد آدی کی گفتگو اور طرزِ عمل میں شائنگی پیدا ہو جاتی ہے اور ڈر، خوف، شک و شہات اور مایوی ہیشہ کیلئے ختم ہو جاتے ہیں۔ اُس کے عمل اور رڈ یے میں طاتور شبت تبدیلی آجاتی ہے۔

من نعیارک میں اپنو وہتر میں بیٹا تھا۔ ایک فخص مجھ سے طنے آیا۔ میری کی نے اُلا سے او چھا کہ کیا تم نے طاقت کا وقت لیا ہے۔ اُس نے کہا نہیں میں نے طاقات کا وقت لیا ہے۔ اُس نے کہا نہیں میں نے طاقات کے لئے وقت نہیں لیا۔ لیکن میرا ڈاکٹر نارکن سے ملنا ضروری ہے۔

مارد ربای بن جاد مرے کمرے میں اور سیدھا میرے کمرے میں اور سیدھا میرے کمرے میں اور سیدھا میرے کمرے میں اور میری کیرزی نے اُس کو روکنا جا با کمر وہ نہیں رکا اور سیدھا میرے کمرے میں

رپور برن عرف کے رون کے اور غصے کے میں نے اس کے چبرے پر تناؤ اور غصے کے میں نے اس تحض کی طرف ویکھا۔ اُس کے چبرے پر تناؤ اور وہ بظاہر پڑھا لکھا ذکھائی دیتا الرات تھے۔ اُس کی عمر تمیں سال کے قریب ہوگی اور وہ بظاہر پڑھا لکھا ذکھائی دیتا

آ۔

اُس شخص نے جھے کہا کہ آپ جھے نہیں جانے ہوں گے لیکن میں نے

اُس شخص نے جھے کہا کہ آپ جھے نہیں جانے ہوں گے لیکن میں نے

پھے عرصہ پہلے آپ کو ایک تقریب میں تقریر کرتے ہوئے سا تھا۔

میں نے اُس شخص نے کہا کہ جھے کی اور مریضوں ہے بھی ملنا ہے۔ آپ کا

جو سلہ ہے بھے بتا کیں۔ میں آپ کی بات سننے کے لئے پوری طرح تیار ہوں۔

جو سلہ ہے بھے بتا کیں۔ میں آپ کی بات سننے کے لئے پوری طرح تیار ہوں۔

اُس شخص کا ردید کھے بجیب سا تھا۔ اُس نے بتایا کہ وہ ایک پیماندہ خاندان

میں پیدا ہوا جہاں فرسودہ خالات بائے جاتے تھے۔ اِس وجہ نے اُس میں بھی منفی

موج پیدا ہوئی۔
اس نے بتایا کہ اُے اپنے خاندان سے ورافت میں کچھ بھی حاصل نہیں ہوا
اور دہ نشے کا بھی عادی مو چکا ہے۔
اور دہ نشے کا بھی عادی مو چکا ہے۔
اُس نے کہا کہ اب میں نے فیصلہ کیا ہے کہ میں ایک نارل شخص بنوں گا۔

اُس نے کہا کہ اب میں نے فیصلہ کیا ہے کہ میں ایک مارل اُل ووں وہ اُس نے کی تربیت دیے۔ اس لئے میں آپ کے پاس آیا ہوں۔ آپ لوگوں کو شبت بنے کی تربیت دیے۔ اس لئے میں آپ کے پاس آیا ہوں۔ آپ لوگوں کو شبت بنے کی تربیت دیے۔

یں۔ میری بھی دو کریں۔ بیں۔ میری بھی دو کریں۔ بی میر اجا تک اُس فخص نے بھے سے بوچھا کہ آپ کے خیال میں جھے ہوا کیا

ہے؟ اور إس كا علاج كيا ہے؟ من نے أس سے كہا كہ تم نے لين كا افكار ہو گئے ہو تمہيں اسے اندر يقين

پیدا کرنے کی ضرورت ہے۔

. جیماسوچو۔ دیبانی بن جاز

ا با برید دربان بن جاد میس خوف زوه بو گیا اور دوباره آپ کے وفتر میں چلا

اب اُس مخص نے بچھ سے بوچھا۔ مجھ کیا ہوا ہے؟ کیا میں پاگل ہو حمیا

ہل؟ میں نے اُس سے کہا۔ نہیں بالکل نہیں۔ تم سید سے راتے پر آ گے ہو۔ تمہارا ذائن روش ہوگیا ہے۔ تم منفی سے شبت ہونے کے تجربے سے گزرے ہو۔ خُدا نے تہیں ٹی طاقت عطا کر دی ہے۔ تم صحت یاب ہو بچکے ہو۔ خُدا نے تم میں ٹی روبی پوئی ہے۔ تم یوں مجھوکہ اُس نے تہیں دوبارہ پیدا کیا ہے۔

پُوئی ہے۔ تم یوں جھو کہ اس کے ہیں دوبارہ چیتہ ہوا ہے اور تم اِس تجربے ہے لکن میں سینہیں بتا سکتا کہ سے سب پچھ کسے ہوا ہے اور تم اِس تجربے ہے۔ وہ کسے گزرے ہو۔ دراصل میں سجھتا ہوں کہ تم پر خُدا کی خاص مہر اِنی ہو گئی ہے۔ وہ تہاری زندگی کو بدلنا چاہتا ہے۔ اور اس کے بعد عابت بھی ہو گیا کہ دہ شخص واقعی برای زندگی کو بدلنا چاہتا ہے۔ اور اس کے بعد عاب وہ کمل طور پر شبت ہو چکا بدل چکا تھا۔ اب وہ ایک بالکل مختلف شخص بن چکا تھا۔ وہ کمل طور پر شبت ہو چکا تھا۔ وہ کمل طور پر شبت ہو چکا تھا۔ وہ پُرسکون، مطمئن اور خوش تھا۔ اس کی زندگی بہتر ہوگئی تھی۔ وہ لوگوں کے تھا۔ وہ پُرسکون، مطمئن اور خوش تھا۔ اس کی زندگی بہتر ہوگئی تھی۔ وہ لوگوں کے لئے بہت ہی مددگار اور کارآ مد بن گیا تھا اور لوگ اس سے مل کر اور بات چیت کر

کے خوش ہوتے تھے۔
میں نے اپنی ساری زندگی لوگوں کے سائل حل کرنے میں گزاری ہے۔ لیکن اس فخص کے ساتھ بچھے جو تجربہ ہوا دہ اپنی نوعیت کے اعتبار سے منفرد اور انوکھا تھا۔
اس فخص کے ساتھ بچھے جو تجربہ ہوا دہ اپنی نوعیت کے اعتبار سے منفرد اور انوکھا تھا۔
جو لوگ اپنی اصلاح کرنا جا ہے ہیں۔ خیدا اُن کی مدد کرتا ہے اور بعض اوقات سے کو چھوڑ کر شبت سوچ اپنانا جا ہے ہیں۔ خدا اُن کی مدد کرتا ہے اور بعض اوقات سے مدد ایے پُرامرار طریقے ہے کرتا ہے جو انسانی عقل وقیم سے بالا ہے۔

مری بات أے الچی نہیں گی۔ اور ناگواری کے جذبات ہے اُس کا چہرہ مرخ ہوگیا۔ اُس نے کہا کہ جم کہنا کے جرف ہوگیا۔ اُس نے کہا کہ جم تو آپ کو عالم فاصل سمجھتا تھا۔ آپ کو بھی پچھ کہنا تھا جھے۔ آپ بھی دوسرے لوگوں کی طرح جھے کو احمق اور بے وقوف بیھے ہیں۔ اِس کے بعد وہ اٹھا اور تیزی سے باہر چلا گیا۔ اُس نے میرا شکریہ اوا کرنے کی بھی زمت نہیں کی۔ میں نے اِس مخض کے لئے دعا کی کہ خدا اُس کو اطمینان اور سکون عطا فرمائے۔

ایک آرھ کھنے کے بعد مری کرٹری نے جھے اطلاع دی کہ دہی شخص پر آپ سے لئے آیا ہے۔ س نے اُسے بلالی۔

وہ مرے کرے میں واخل ہوا تو اُس کی حالت بہت ہی خراب دکھائی دی۔ وہ خون کی وجہ سے کانپ رہا تھا۔ اُس نے فوری اور پر جھ سے پوچھا کہ اُسے کیا ہوگیا ہے؟

یم نے اُس سے کہا کہ آرام سے جیموادر اپنے آپ کو پُرسکون کرنے کی ۔ کوشش کرو۔ یجھے بتاؤ کہ تم کس مشکل میں ہو؟

ميامويدوياعي بن جادً باب: 11

# عظیم وہ ہے جو شیم کام کر رہا ہے۔

مرے پاں کین برفیاد نام کا ایک مخص آیا۔ اُس نے صاف سخرا لباس ور رکھا تھا۔ اس نے بتایا کہ اُس کا والد مرتے وقت اُس کے لئے عالیس برار ڈالر چھوڑ کیا تھا لین اُس نے ورافت میں ملنے والی سے رقم فضولیات میں ضائع کر دل اس نے ایک ایک ڈالر کے سات عدد پرانے توٹ میز پر رکھتے ہوئے کہا کہ اب اس ونیا میں میری میں بونجی باتی رہ گئ ہے۔

کین بر فیلڈ کا قد لبا اور شخصیت باوقار تھی۔ اُس نے آنرز کے ساتھ گر بجوایش ك تقى - أس كا كمنا تفاكه مي كمل طور بر مانوس اور ناأميد مو چكا مول - ميرى حالت د کھ کر مرے ایک دوست نے کہا کہ میں ڈاکٹر نارس پیلے سے مشورہ کروں۔ میں نے اپ دوست سے پوچھا کہ ڈاکٹر نارس میری کیا مدد کر کتے ہیں تو أس نے كہا كہ موسكا ہے كہ ذاكر نارس مجھے كوئى نيا آئيديا وين - ببرحال تمہيں

أن ع منا ضرور عا ي-میں نے برفیلڈ سے کہا کہتم بھے اپنی زندگی کے بارے میں مکمل طور پر بناد - كوكى بات چھانانبين -آوی نہیں ہوں۔ میں زندگی میں ممل طور پر ناکام ہو چکا ہوں۔ میں نے اہمی سک شادی نیں کی۔ مرے پاس رے کے لئے گر نیس ہے۔ اس کے علاوہ میں بہت

زياده شراب محى بيتا مول-

میماسوچو ویای بن جاد

#### باب: 10 کی اہم ترین یا تیں

ا۔ ہر بچہ شبت موج کے کر اِس دنیا میں آتا ہے۔ لیکن منفی سوچ رکھنے والے خاندانوں میں بجے اپنے بروں کے منفی طرز عمل اور منفی باتوں کا اثر قبول کر کے اپنے اعد منفی سوچ پیدا کر لیتے ہیں۔

- جدیر تحقیق سے یہ بات تابت ہو چک ہے کہ انسان اگر منفی سوچ اور رد بے کو برانا چاہ تو وہ ایا کر سکا ہے۔ انسان مفی سوچ ترک کر کے شبت سوچ بیدا كرنے كى بورى ملاحيت ركھا ہے۔

-- منلی سوچ انسان کو طرح طرح کی وتئی اور جسمانی بیار یوں میں جسما کر وقی

ب اور بالآخر أس ماكاى، فكست اور تبايى كر أره عن كرا و تى ب-٣- ال كريكس مبت موج انبان ك اندر يقين كائل ادر خود اعمادى پيداكرتي ے۔ دو ہر مشکل کا سامنا حوصلے کے ساتھ کرتا ہے۔ طوفانوں اور آئد جول مل انا راح بنا ليا ب اور بهي فكست قبول نيس كرتا- وه كارزار حيات عن



مزید کشیر منے کے لئے آج ہی وزے کریں: www.iqbalkalmati.blogspot.com

ميام چي دياي بن جادَ

ا من كامياني كى طرف بوه ريا مول-

۵۔ خدا ہر قدم پر میری دو کر رہا ہے اور جھے راہ دکھا رہا ہے۔ بڑ فیلڈ نے پوچھا کہ کیا جھے نوکری ال جائے گی۔ میں نے اُس سے کہا کہ م

یقن رکھو کہ تہمیں طازمت ضرور ملے گ۔ بلکہ طنے ہی والی ہے۔ فی الحال میں تہمیں تھوڑی می رقم دے رہا ہوں۔ تم اوتھ ہوشل میں رہنے کا بندوبست کر لو۔

ودس دن بر فیلڈ نے مجھے بتایا کہ اُس نے یوتھ ہوشل میں کرائے پر کمرہ اللہ ہے اور میں نے جو باتیں اے کھ کر دی تھیں وہ اُنہیں دن میں تمیں مرتبہ

ر را م ب ب ب ب ب بوئل میں نیجر کی طازمت مل گئی۔ اُس نے شراب نوشی چید ون بعد اُسے ایک ہوئل میں نیجر کی طازمت مل گئی۔ اُس نے شراب نوشی چھوڑ دی۔ وہ کامیاب ہوتا چلا گیا اور خوشگوار زندگی گزارنے لگا۔

اگر وہ مایوں رہتا اور مجھے کہتا کہ میں آپ کی ہدایات پر کل ے عمل شروع کروں گا تو وہ ''کل' بر نہیں ٹالا۔ اُس نے اپنی اصلاح کو ''کل' بر نہیں ٹالا۔ اُس نے فوراً فیصلہ کیا کہ اُے ابھی اور اِسی وقت اپ آپ کو بدلنے اور اپنی موج کو شہت بنانے کا کام شروع کر دینا جا ہے۔

اُس نے ایک ایک ڈالر کے سات پرانے نوٹ شیشے کے فریم میں لگا کر وہوار کے ساتھ لاکا دیکے ہیں۔ اُس کا کہنا ہے کہ میں جب اِن کو دیکھنا ہوں تو میرے اندر ایک نئ طاقت، جوش اور ولولہ پیدا ہو جاتا ہے اور ایسا کیوں نہ ہو اُس نے زندگی کی کھوئی ہوئی خوشیوں کو پالیا تھا۔

میں اپنی بیوی کے ساتھ ایک دعوت میں شریک تھا۔ باتوں کے دوران میرے دوست جم نے ایک بڑے ہے کی بات کی ۔ اُس نے کہا کہ انسان کو فوری طور پر یہ فیصلہ کرنا جا ہے کہ دہ جو کچھ کر رہا ہے۔ کیا وہ صحیح ہے؟ الم کی باتوں میں منفی موج کی جھک صاف وکھائی وے رہی تھی۔ کین میں اور جو اس میں باتوں میں منفی موج کی جھک صاف وکھائی وے رہی تھی۔ کین میں نے اُس میں ایک خاص بات کا مشاہدہ کیا کہ وہ اپنی بات دہراتا نہیں تھا اور جو بات بھی کرتا تھا وہ بہت واضح طور پر کرتا تھا۔ اِس سے میں نے یہ تیجہ نکالا کہ وہ موچے اور اپنے خیالات کو اچھی طرح بیان کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔

من نے اُس سے کہا کہ بر فیلڈ تہارا ذہن بہت اچھا ہے۔ تم اپنی وہنی صلاحیوں کی مدو سے بہت کھ کر سکتے ہو لیکن منفی موج تمہاری راہ میں حاکل ہے۔

مانسی میں جو ہو چکا ہے اُس کا ذکر کرنا چھوڑ وو ماضی وُن ہو چکا ہے۔ تم نے ماضی میں جو بہت حاصل کے اُن کی اچھی خاصی۔ قیمت تم ماضی، میں اوا کر چکے ہو۔ ابتم مرف ستتبل کے بارے میں موچو۔ اب تم اپنی ذہانت اور تعلیم سے فائدہ اٹھا کر این میں موجو۔ اب تم این ذہانت اور تعلیم سے فائدہ اٹھا کر این میں کو بہتر بناؤ۔

بر فیلٹر فرمین اور تعلیم یافتہ شخص تھا۔ اُسے میری با تیں سمجھ آر ہی تھیں اور وہ منفی سوچ ترک کر کے مثبت سوچ اپنا رہا تھا۔

و اکثر سمیلے کا کہنا ہے کہ جذباتی لوگ جلد ہی بیار بڑ جاتے ہیں اور جلد ہی فیک بھی ہوجاتے ہیں اور جلد ہی

بدأس نے نہ تو بھی ایک جذباتی شخص تھا۔ ای لئے وہ جلدی ٹھیک ہو رہا تھا۔ اِس کے بعد اُس نے نہ تو بھی ایک جدائی ہوں۔
بعد اُس نے نہ تو بھی سات ڈالروں کا نام لیا اور نہ ہی بھی یہ کہا کہ میں غریب ہوں۔
میں نے اُس سے کہا کہ تم اب منفی سوچ کو چھوڑ کر شبت سوچ اپنا چکے ہو۔

اِس میں تبدیلی کے ممل سے گزررہا ہوں۔
ا میں تبدیلی کے ممل سے گزررہا ہوں۔
ا میں تبدیلی کے ممل سے گزررہا ہوں۔

میں ارک جبر ہوتا جا رہا ہوں۔ \*- شخصے امید کی روثنی دکھائی دے ربی ہے۔

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

الله عظیم ده ب جوعظیم کام کر رہا ہے۔ وہ نہیں جو صرف پید کما رہا ہے۔ نہارے ٹاگردتم سے مجت کرتے ہیں اور ایک اچھے استاد کی حیثیت سے لوگ تہارا اترام كرتے ہيں۔ اس لئے تم اصل وولت لين سكون كى وولت سے مالا مال مو۔ جب میں خوشی ادر پُرسرت زندگی کے بارے میں غور کرتا ہوں تو مجھے محسوس

بوتا ہے کہ خوشی نام ہے مہر پانی کا، محبت، خدمت اور عنایات کا۔ اگر اِس لیس منظر من دیکھا جائے تو میں نے خوشی ماصل بھی کی ہے ادر خوشیوں کو بانٹا بھی ہے۔

میں اُس صبح کو مجھی فراموش نہیں کر سکتا جب میری ماں اس دنیا سے رخصت اول تھی۔ میری ماں ایک عظیم خاتون تھی۔ اس نے میرے اندر احساس کا جذبہ پیدا کیا تھا۔ اُس نے مجھ پر مہر بانیاں کی تھیں اور مجھے دوسروں پر مہربان ہونا سکھایا تھا۔ مِن آج بھی اپنی ماں کے مہران ہاتھ کو اپنے کدھے پر محسوس کرتا ہوں۔ جب کوئی آپ پر مهربانی کرتا ہے یا آپ کس پر مهربانی کرتے ہیں تو دونوں صورتوں میں خوشی کے جذبات آپ کے اندر ایک گہری روحانی آسودگی پیدا کرتے ہیں۔

میں اور میری بوی روت ہا تگ کا تگ میں ایک پل کی میرهیاں پڑھ رے تھے۔ رش کی وجہ سے ردت کا یاؤں پھلا اور وہ گر بڑی۔ ایک چینی اوک نے جلدی ے روت کو سہارا دے کر اُٹھایا۔

پر اس او کی نے یوچھا آپ کو چوٹ تو نہیں گی؟ روت نے کہا نہیں، میں فیک موں۔ ہم نے اُس کا شکریہ اوا کیا لین وہ اصرار کرنے گی کہ آپ میرے ساتھ آ كي \_ مي آپ كو كچھ بلاؤں - بم في ايك بار چورائرى كا شكريد ادا كيا-لاک نے کہا" ر کھے کی کی خدمت کر کے بہت بی خوشی ہوتی ہے۔" م نے اُس کی طرف دیکھا۔ یہ بات کہتے ہوئے اُدکی کاچیرہ فوق سے چیک رہا تھا۔

جب آپ کی کی مدو کرتے ہیں یا اُس سے کوئی بھلائی کرتے ہیں تو آپ کو

جيياسو چو \_ ويناي بن حادُ جب آپ سے فیملہ کر لیں گے کہ آپ جو کر رہے ہیں وہ صحیح ہے اور آپ کو اینے کام کے میچے ہونے پر بورایقین ہوگا تو پھر آپ کی کارکردگی میں حمرت انگیز حد تک اضافہ ہو جائے گا۔ وجہ یہ ہے کہ حق اور کی کے اندر اپنی بے پناہ طاقت ہوتی ہے زنرگی میں بھی بھی ایا بھی ہوتا ہے کہ آدی غلط فیصلہ کر لیتا ہے۔ جن لوگوں می تخلیقی صلاحیت ہوتی ہے وہ جلد بی اپی غلطی کو محسوں کر لیتے ہیں۔ اس کے جب مجی آب کو ظلطی کا احماس موفوراً اینا زرخ موز لیج اور صحح کام کی جانب واپس آ جایے۔ مثبت سوچ آدی کو یجی بات سکھاتی ہے کہ اپنی فلطی کی فورا اصلاح کر لی جائے۔

میں کچھ ایے لوگوں کی بات بھی کرنا جا بتا ہوں جو بہت دولت مند تو نہیں . کین بڑی مطمئن زندگی گزار رہے ہیں۔

يرا چازاد ظب ايك اعلى درج كا باير تعليم ب- وه چند سال ايك بوك عبدے پر فائز رہا۔ وہ آ کسفورڈ کے ایک کافئ کا صدر بنا۔ فلپ کے والد ایک بہت برے بنک میں اعلی ترین عبدے پر کام کر رہے تھے۔ قلب کے والد چاہے تھے کہ اُن كا بينا بھى اُن كے نقشِ قدم پر چلتے ہوئے بك كى ملازمت اختيار كر لے لكين قلب کو کارلج میں پڑھانے سے زیادہ رئین تھی۔ فلب کا ایک چھوٹا بھائی ذاتی کاروبار كرتا تها اور خوب دولت كما ربا تها\_

ایک روز قلب جھے سے کئے لگا کہ ڈاکٹر نارمن میرے والد اور بھائی کے پاس بے حماب دولت ہے۔ میرے پاس اتنا میر نہیں۔ لیکن مجھے ورس و تدریس لینی پڑھانے کے پیٹے سے والہانہ عشق ہے اور میں مطمئن زندگی گزار رہا ہوں لیکن میرے والد اور بھائی بے شار دولت اور جائداد کے باوجود مطمئن زندگی نہیں گزار رہے۔ می نے کہا کہ فاپ جوسطمئن زندگی گزار رہا ہے اصل میں وہی کامیاب آدی - دولت میں وہ عزت اور عظمت نہیں جو کی اعلیٰ مقصد کے ساتھ مجت اور وابستگی

مزید کشیر ہے کے لئے آج ہی وزٹ کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com



مزید کتب پڑھنے کے گئے آج بی وزے کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

ایشیا بس کی کتابیں اِن بک سیرز سے بھی ل سکتی ہیں ﷺ رحمٰن بک باؤس ٔ اردد بازار' کراچی' نون 7766751ﷺ الکوٹر نیوز ایجنسی' فرئیر مارکیٹ' کراچی پیژه ویکم بک پورٹ میں ارد د بازاز کراچی پیژه علم وعرفان پیلشرز 34 ارد د بازازگا ہور فون 7352332 ﷺ طارق بک سینزلولکھا بازار' لاہور۔ ﷺ کتاب گھر' اقبال روڈ' نزر کیٹنی چوک راولپنڈی شپر ُفن 5552929 ﷺ اشرف بک ایجنسی' سیٹی چوک راد لپنڈی پیزاتجا و نیوز ایجنسی اخبار ماركيث موتى ليازه بيسمنك مري روز راوليندئ فون 5504559 منه كسينم حيدرروذ صدرُ راد ليندُى - ١٤ كتب سرحدُ خبر بازارُ خيارُ رُون 212535 من ختع بك شال مجموانه بازارُ فِيمِل آبادُ فِن 613449 كَمْ كَبِ خَانِهُ مَعِيلَ عَامُ جَمَّكَ بِإِزَارُ كَلَّى مُبِرِ 6 فِيمِل آبادُ فِن 612038 کی کابستان بکسکرز شاہی بازار بہادلپور فون 874815 کی ریلوے بک شال ربلوے المیشن خانیوال 🛠 خانیوال کما گھر' چوک مرکز ی جامع متحد خانیوال 🎋 مسعود نيوزا يجنس كلوال فون 591209 ثلا طاهر نيوز المجنسي عارف بازار ابور ، والأثلاث أي نيوكا لح سيشزى مارك لياقت رود مياں چنول فون 661838 ملى سلطاني نيوز انجنسي چكوال كئ جدرد نيوز ايجنسي ريلوب بك شال شوركوث حيما دُني مهر حق باهو نيوز المجنسي نياادُ الاريال شور كوث شبر الله جنوعة منشفري مارك كهاريان الله آئية بل سيورش صدر بازار كهاريان الله جريوز ا يجنى ئريفَك چوك ٔ جام يورُ 😭 ملك نيوز الجنبي ٹريفک چوک ڈيرہ غازی خان 🖈 فيفش نيوز ا يجنعي عسيٰ خيل ﷺ رايل كما بي منتين روو وُ لا ذكانهُ المنه جنو كي نيوز الجنسي مُ كلف يُكهرُ نزو UBL سمحر 🏠 مشاق نيوزانجنسي نزد فائز بر گيليدُ مريم رودُ ورانا نواب شاهُ 🖈 ظفر كتاب گھ چِك زر كران مِن بازاد كوبات شرون 519677 من كوبات كم خفر بالقابل شي ذا كان برانا جيل روذ كوباث الأالن سنز بك سكرزا الدرون تحصيل كيث كوباث الما المابريك أبؤ جهير تعالندوف ' بنول ﷺ جاديد نيوزا يجنني خاص بازارُ بالاكوث 🏗 يا كسّاني سنر ' سيستال چوک' سيانوالي رو ذ' شكر درهٔ الله عاصم كمه ذي كرحى صب الله انسلى اسمره الله حاجي كل كرم خان بيوز الجنسي خارسده الله بأى برادوز كوردت تنكيرون كوئية فيه عبرالعزيز بك شال ميزان حِوك كوئية في العبيد نيوزا حجسك مجوانی الله ایم نی بکسلرز طارق مارکیٹ ائر بورٹ روڈ گلگ کے قریش نیوز انجینسی مین بازار \* . حیدر نیوزایجن<sup>د</sup>' سای مشلی تجمیز کیر فیض کیاب گھر' نیو بازار' چتر ال -

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com